

CycleOps Pro Series Indoor Cycles

User Guide

400 Pro

300 Pro

200 Pro

100 Pro



CycleOps
POWER



TABLE OF CONTENTS

CHAPTERS:

1. BEFORE BEGINNING.....	1
2. UNPACKING THE CYCLEOPS PRO SERIES INDOOR CYCLE.....	2
3. INDOOR CYCLE ASSEMBLY.....	3
Attach Stabilizer Feet	
Attach Handlebar	
Attach Seat	
Level the Indoor Cycle	
Attach Pedals	
4. GENERAL USE.....	6
Adjust Seat	
Adjust Handlebar	
Adjust Resistance	
5. COMMON ADJUSTMENTS.....	8
Replace Speed Sensor Battery	
Replace Cadence Sensor Battery	
Replace Hub Batteries	
Adjust Flywheel/Chain Tension	
Adjust Brake Pad	
6. PREVENTATIVE MAINTENANCE.....	10
7. ELECTRONICS.....	11
8. RADIO FREQUENCY (RF) INTERFERENCE.....	12
9. IMPORTANT PRECAUTIONS.....	12
10. WARRANTY.....	13

CHAPTER 1: BEFORE BEGINNING

Congratulations on choosing the CycleOps Pro Series indoor cycle! The CycleOps Pro Series indoor cycle takes cycling to the next level as the only indoor cycle to fit, feel and ride like an outdoor bike.

CycleOps Pro Series Indoor Cycle User Guide for:

- 400 Pro
- 300 Pro
- 200 Pro
- 100 Pro

Read this guide to learn how to:

- Assemble the indoor cycle
- Use the indoor cycle
- Make common adjustments

Visit www.cycleops.com to learn more about Saris Cycling Group and the CycleOps Pro Series indoor cycle:

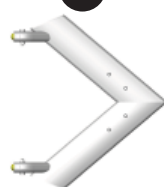
- Register product for warranty
- View frequently asked questions
- View instructional videos
- View product and technical updates from CycleOps
- Sign up for CycleOps Power newsletter
- Learn more about training with power

CHAPTER 2: UNPACKING THE CYCLEOPS PRO SERIES INDOOR CYCLE

Place the box upright and cut the plastic binding straps. Lift the top of the box to expose the indoor cycle and packaging. Remove all parts from the box including foam inserts. Ensure all the following parts are included:

	Name	Quantity
A	Rear stabilizer	1
B	Front stabilizer	1
C	Main frame assembly	1
D	Handlebar post (shorter, reads to 18")	1
E	Seat post (longer, reads to 23")	1
F	Seat	1
G	Seat post clamp	1
H	Handlebar	1
I	Water bottle holder	1
J	Pedal set	1
K	End caps	2
L	End cap screws	4
M	Water bottle spacer	1
N	Large L handles	2
O	Small L handles	2
P	Stabilizer bolts	8
Q	Stabilizer washers	8
R	Multi-purpose wrench	1
S	6mm Allen wrench w/Phillips screwdriver end	1
T	5mm Allen wrench	1
U	4mm Allen wrench	1
V	3mm Allen wrench	1

Rear stabilizer **A**



Front stabilizer **B**



Main frame assembly **C**



Handlebar post **D**



Seat post **E**



Seat **F**



Seat post clamp **G**



Handlebar **H**



Water bottle holder **I**



Pedal set **J**



End caps **K**



End cap screws **L**



Water bottle spacer **M**



Large L Handles **N**



Small L Handles **O**



Stabilizer bolts **P**



Stabilizer washers **Q**



Multi-purpose wrench **R**



6mm Allen wrench w/ Phillips screwdriver end **S**

5mm Allen wrench **T**

4mm Allen wrench **U**

3mm Allen wrench **V**

Additional tools that may be helpful:

-Vice Grips or small clamping tool

-17mm Cone wrench

-15mm box wrench

-10mm box wrench

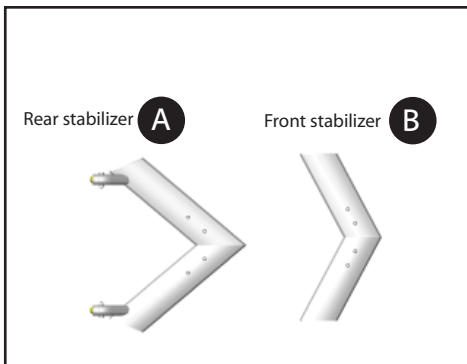
-Pliers

-Pedal wrench

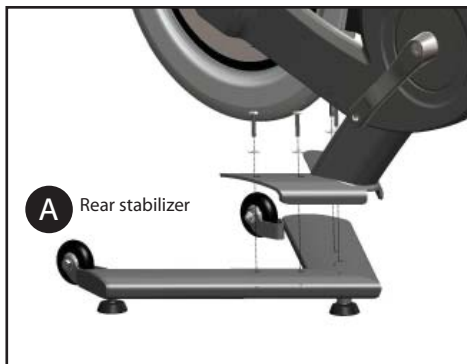
-2.5mm Allen wrench

CHAPTER 3: INDOOR CYCLE ASSEMBLY

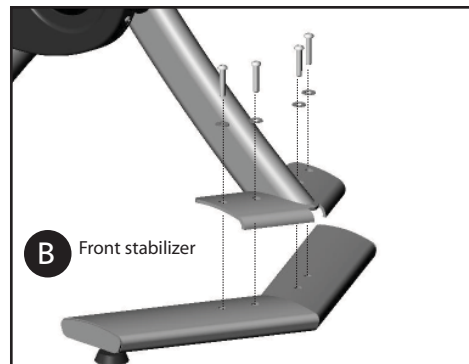
Attach Stabilizer Feet



1. Note the difference between the front and rear stabilizers. The larger stabilizer with wheels goes in the rear of the indoor cycle (under the flywheel).

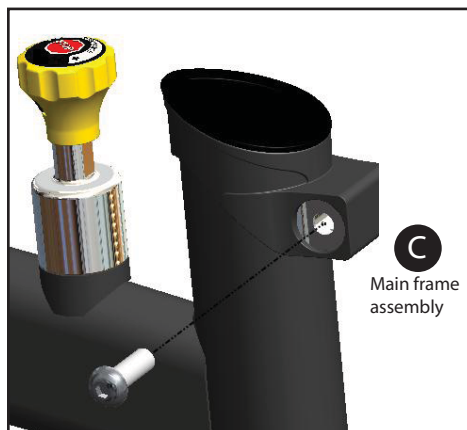


2. Attach the rear stabilizer to the rear of the main frame with four 5mm stabilizer bolts and stabilizer washers using the 5mm Allen wrench. Tighten the inner bolts first, and then proceed to the outer bolts to ensure the foot is secured properly and evenly.

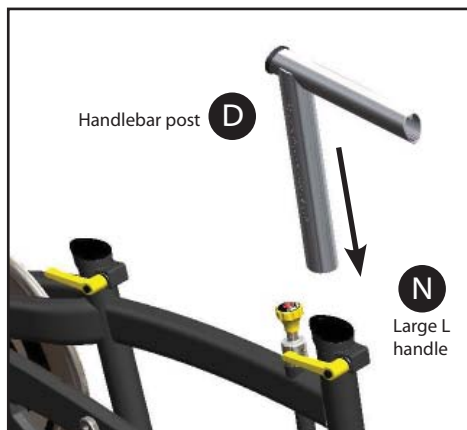


3. Attach the front stabilizer to the front of the main frame with four 5mm stabilizer bolts and stabilizer washers using the 5mm Allen wrench. Tighten the inner bolts first, and then proceed to the outer bolts to ensure the foot is secured properly and evenly.

Attach Handlebar



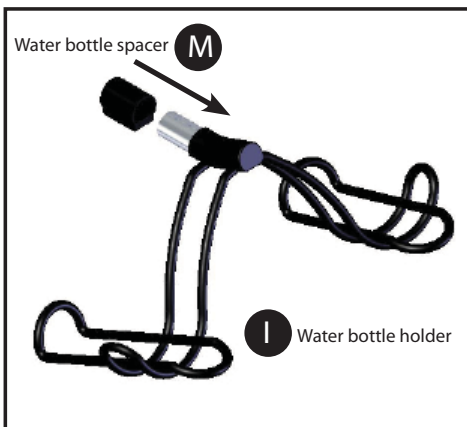
1. Remove 6mm bolt in main frame assembly using 6mm Allen wrench. The 6mm bolt can be kept in place of the large L handle for a more permanent placement of the handlebar height.



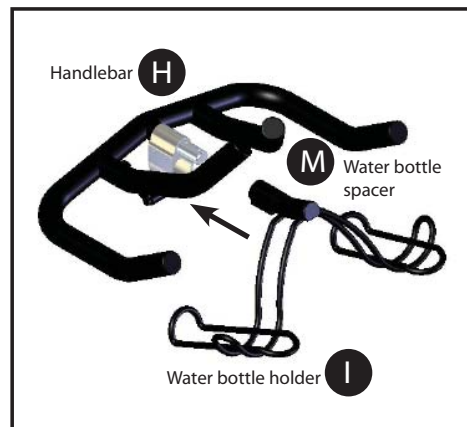
2. Insert the handlebar post into the head tube and secure it by inserting the large L handle into the main frame assembly on the right side of the indoor cycle (chain guard side).



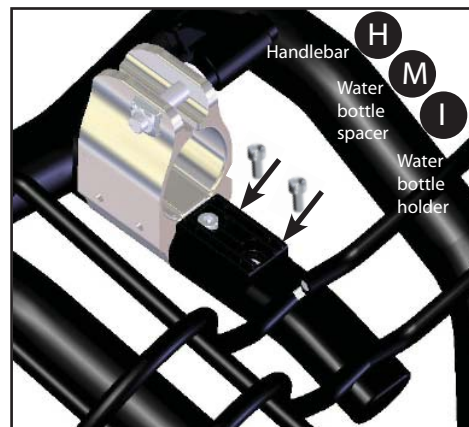
3. Remove two spacer bolts and washers with 4mm Allen wrench from handlebar.



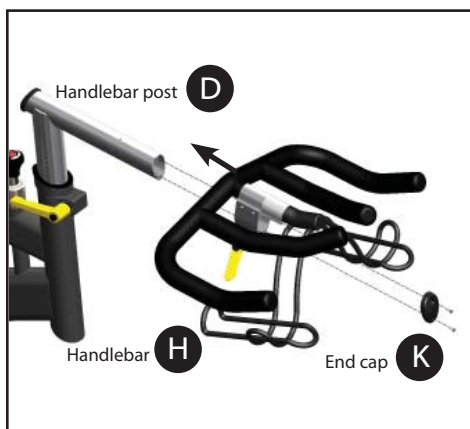
4. Slide the water bottle spacer onto the D-shaped tube on the water bottle holder.



5. Slide the water bottle holder and water bottle spacer onto the handlebar.



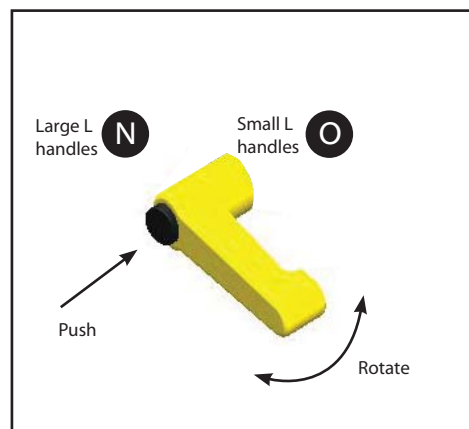
6. Secure the water bottle holder and handlebar together using the previously removed, two 4mm spacer bolts and washers, on the underside of the handlebar.



7. Carefully slide the handlebar assembly onto the handlebar post. Secure the plastic end cap to the handlebar post using two end cap screws with the Phillips screwdriver side of the 6mm Allen wrench.



8. Once the handlebar is in place, secure it with the small L handle on the right side of the indoor cycle (chain guard side).



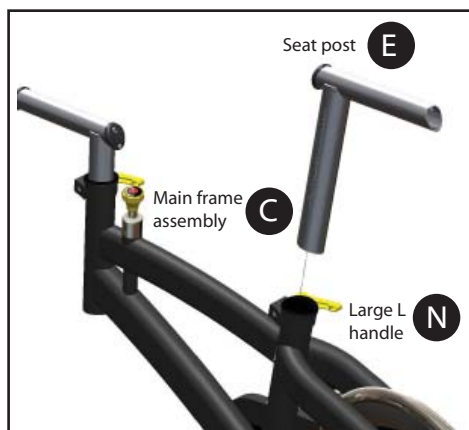
9. Push black button and rotate handle on small and large L handles to position the handle without tightening. Release the button and allow the handle to seat to tighten or loosen an adjustment.

Attach Seat

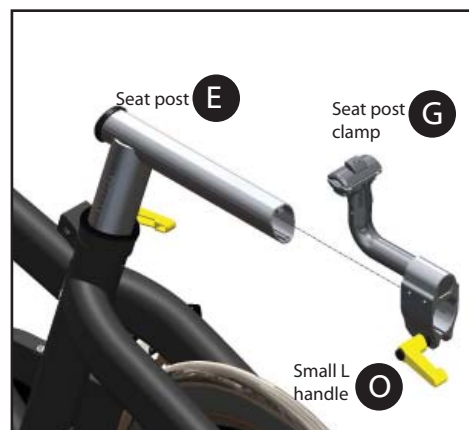
A seat has been included with the CycleOps Pro Series indoor cycle. If desired, the indoor cycle can accommodate an off-the-shelf seat to personalize the fit, feel and ride. In some instances, a shorter seat post clamp is required for individuals under five feet tall. If desired, contact Saris Cycling Group to purchase the short seat clamp.



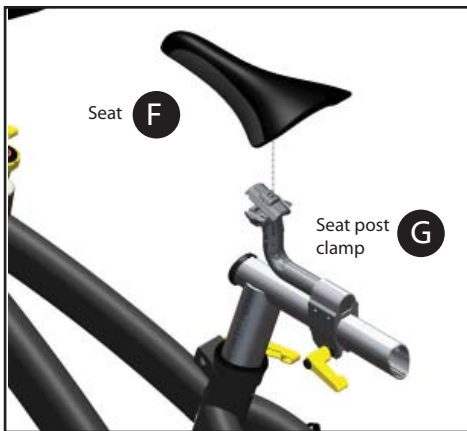
1. Remove 6mm bolt in main frame assembly using 6mm Allen wrench. The 6mm bolt can be kept in place of the large L handle for a more permanent placement of the seat post height.



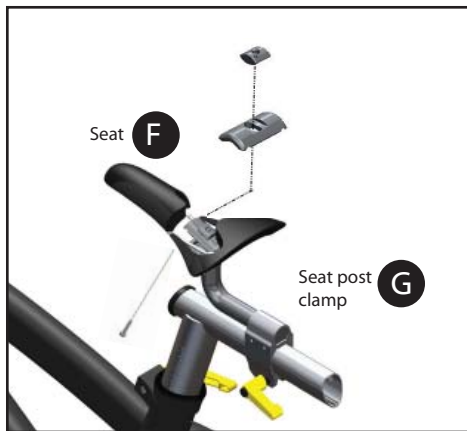
2. Insert seat post into the seat tube and secure it by inserting the large L handle into the main frame assembly on the right side of the indoor cycle (chain guard side).



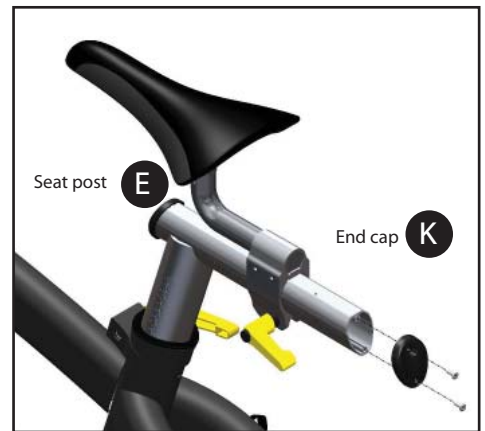
3. Attach the seat post clamp to the seat post. Once the seat is level, properly tighten with the small L handle.



4. Attach seat to seat post clamp.



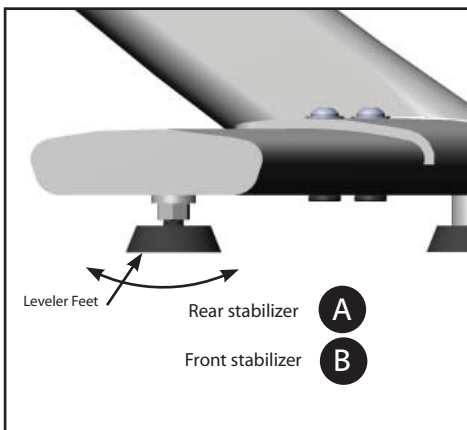
5. Loosen the 6mm bolt and place seat rails within the clamp. Adjust to desired seat placement using 6mm Allen wrench.



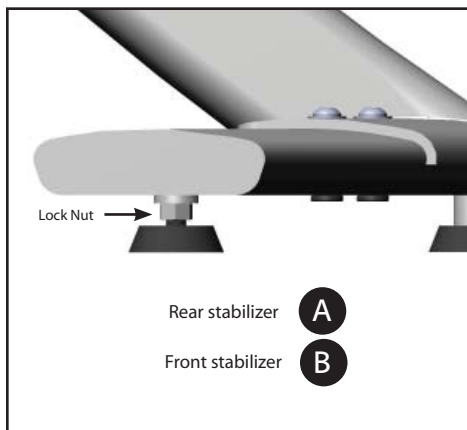
6. Secure the plastic end cap to the seat post using two end cap screws with the Phillips screwdriver side of the 6mm Allen wrench.

Level the Indoor Cycle

Move the indoor cycle to where it will be used and level it by rotating the adjustable feet underneath the stabilizers. Leveling the indoor cycle helps ensure a stable and quiet ride and reduces wear on the frame. When adjusted properly, there is no rocking movement from one foot to the other.



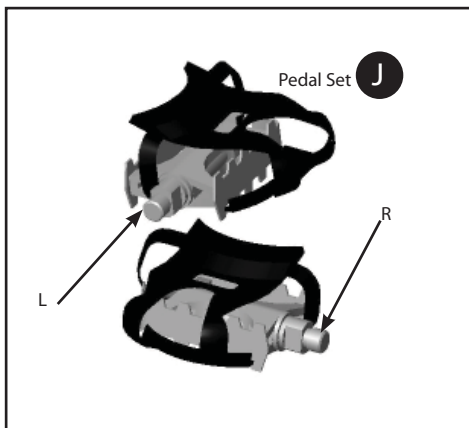
1. If necessary, the four outer leveler feet can be adjusted. Turn stabilizer feet clockwise to lower the indoor cycle. Turn stabilizer feet counterclockwise to raise indoor cycle.



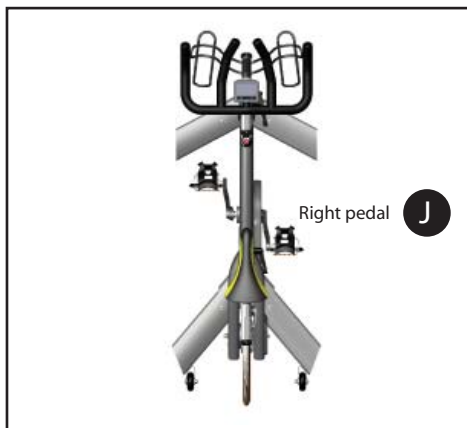
2. Secure the leveler feet by tightening the lock nuts, with the multi-purpose wrench, flush against the bottom of the rear and/or front stabilizer.

Attach Pedals

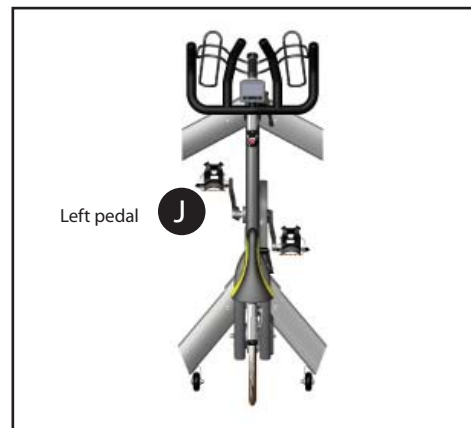
A pedal set has been included with the CycleOps Pro Series indoor cycle. If desired, the CycleOps Pro Series indoor cycle can accommodate any standard pedals to personalize the fit, feel and ride. Install using the pedal manufacturer's specifications. Improper installation can result in damage to the crank. Damage caused by improper pedal installation is not covered under warranty.



1. Attach the pedals onto the indoor cycle with the multi-purpose wrench included or a pedal wrench (not included). Each pedal is marked with an "R" or an "L" on the spindle. This mark indicates which side of the indoor cycle the pedal is intended to mount on. This is important because the thread directions are different for each pedal.



2. Locate the "R" pedal. This pedal is for the right side of the indoor cycle (chain guard side). Turn the spindle clockwise to tighten. Tighten pedals using the multi-purpose wrench or using a pedal wrench to 300 in-lbs.



3. Locate the "L" pedal. This pedal is for the left side of the indoor cycle (no chain guard side). Turn the spindle counter-clockwise to tighten, because this pedal is reverse threaded. Tighten pedals using the multi-purpose wrench or using a pedal wrench to 300 in-lbs.

CHAPTER 4: GENERAL USE

The CycleOps Pro Series indoor cycle is easy to use. Adjust the seat and handlebar to alter the ride position. Adjust resistance to change pace/cadence.

Adjust Seat



1. Adjust seat position to maximum exercise efficiency, comfort, and reduce risk of injury. Stop the flywheel and dismount the indoor cycle before making adjustments.



2. Turn large L handle counterclockwise to loosen. Raise or lower the seat post to the desired height. Turn large L handle clockwise to tighten.

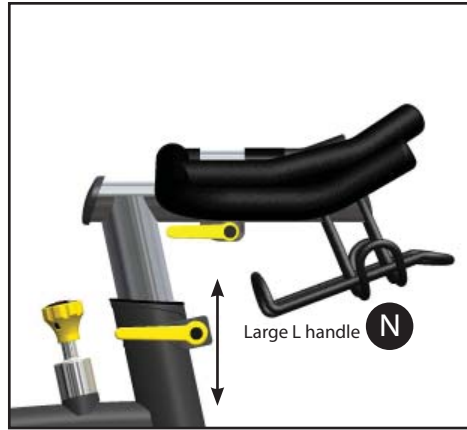


3. Turn small L handle counterclockwise to loosen. Move the seat post clamp and seat forward or back, to achieve proper position. Turn small L handle clockwise to tighten.

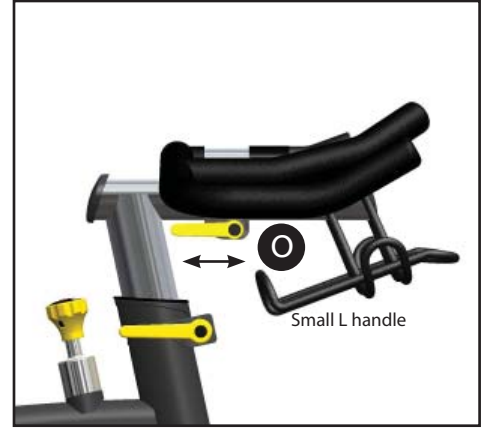
Adjust Handlebar



1. Adjust handlebar to maximize comfort or duplicate outdoor riding position. Stop the flywheel and dismount the indoor cycle before making adjustments.



2. Turn large L handle counterclockwise to loosen. Raise or lower the handlebar post to the desired height. Turn large L handle clockwise to tighten.



3. Turn small L handle counterclockwise to loosen. Move the handlebar forward or back to achieve proper handlebar position. Turn small L handle clockwise to tighten.

Control Resistance (100 Pro, 200 Pro, 300 Pro only)

The CycleOps Pro Series indoor cycle allows the user full control over resistance by adjusting the resistance knob. Lower resistance levels enable the pedals to turn at a faster (less difficult) pace/cadence. Higher resistance levels enable the pedals to turn at a slower (more difficult) pace/cadence.



1. Control pedaling resistance by using the resistance knob located behind the handlebar on the top tube of the main frame assembly.



2. Turn the knob clockwise (+) to increase resistance. Turn the knob counterclockwise (-) to decrease resistance.



3. In case of emergency or before dismounting the indoor cycle, press directly down on the resistance knob to bring the flywheel to an abrupt stop.

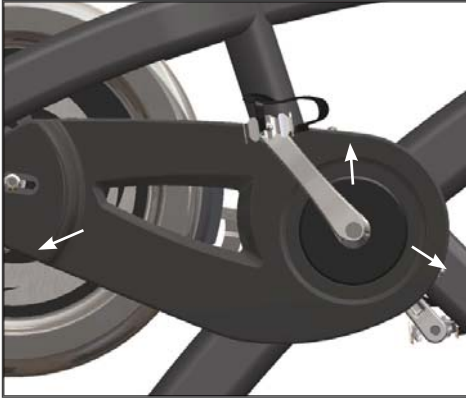
Adjust Resistance (400 Pro only)

Pedaling resistance is automatically controlled by the Joule display, located on the handlebar. Reference the Joule user guide for more information.

CHAPTER 5: COMMON ADJUSTMENTS

Replace Speed Sensor Battery (200 Pro only)

Over time, the lithium battery in the speed sensor will need to be changed. See Preventative Maintenance for when to replace.



1. Using a 4mm Allen wrench, remove the three chain guard bolts and remove the chain guard.



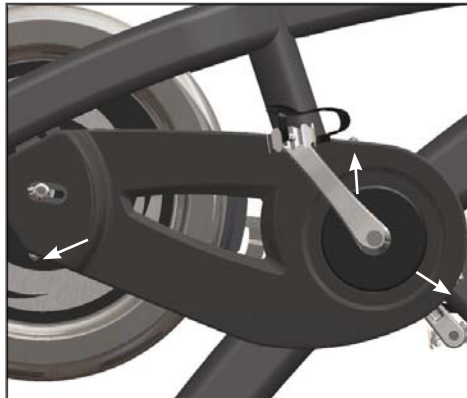
2. Locate speed sensor next to hub.



3. Replace the battery with a compatible CR2032.



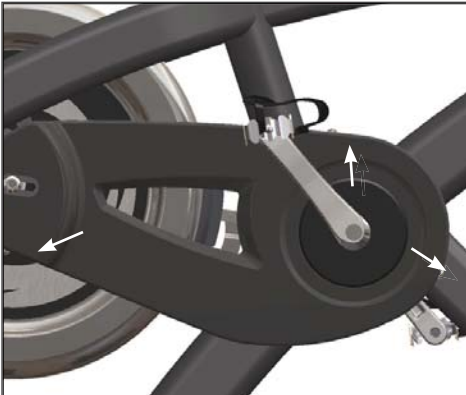
4. Using the new battery, remove the battery cover on the back of the sensor by turning counterclockwise approximately one half turn.



5. Using a 4mm Allen wrench, and three chain guard bolts, reattach the chain guard.

Replace Cadence Sensor Battery (200 Pro only)

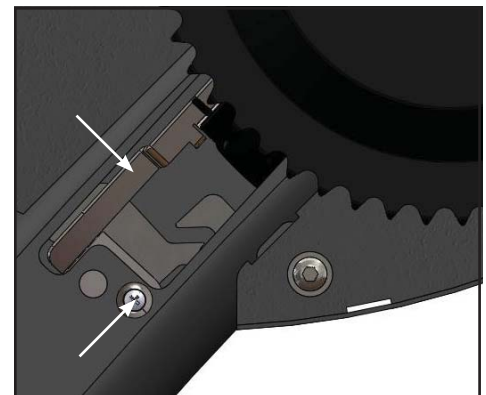
Over time, the lithium battery in the cadence sensor will need to be changed. See Preventative Maintenance for when to replace.



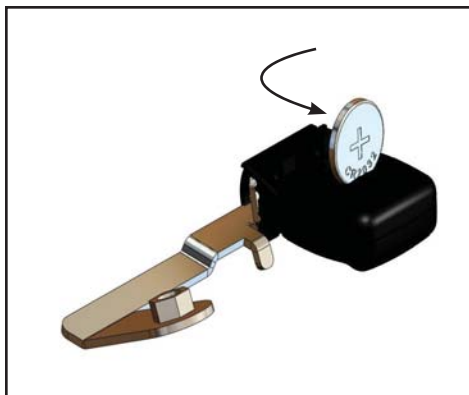
1. Using a 4mm Allen wrench, remove the three chain guard bolts and remove the chain guard.



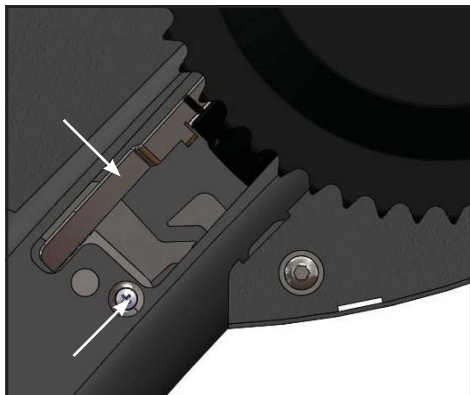
2. Locate the cadence sensor inside main frame.



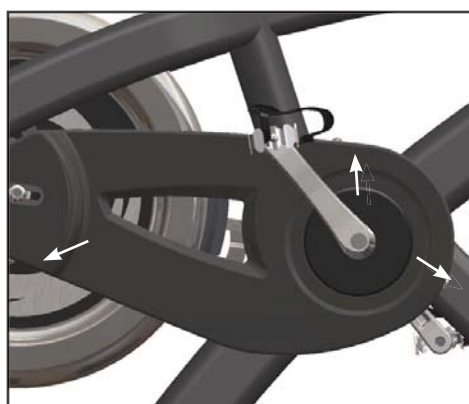
3. Using 4mm Allen wrench, remove the bolt attaching the cadence sensor (be sure to hold the cadence sensor arm to avoid dropping the cadence sensor in the main frame). Slide cadence sensor out of the main frame.



4. Using the new battery (compatible CR2032), remove the battery cover on the back of the cadence sensor by turning counterclockwise approximately one half turn. Replace the old battery with the new battery.



5. Secure the cadence sensor to the main frame using the previously removed bolt and 4mm Allen wrench. Be sure to hold the cadence sensor arm while attaching bolt.

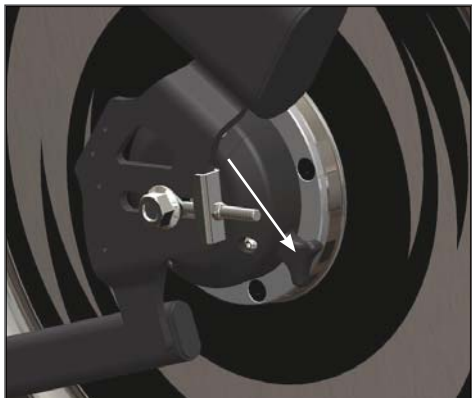


6. Using a 4mm Allen wrench and three chain guard bolts, reattach the chain guard.

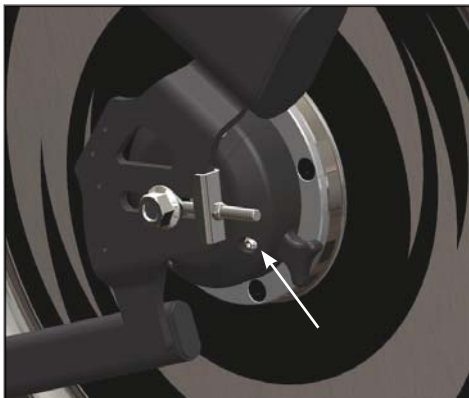
NOTE: After replacing the battery, Joule must relearn the coded ID for the sensor. Reference Joule user guide for instructions (available at www.cycleops.com).

Replace Hub Batteries (400 Pro/300 Pro only)

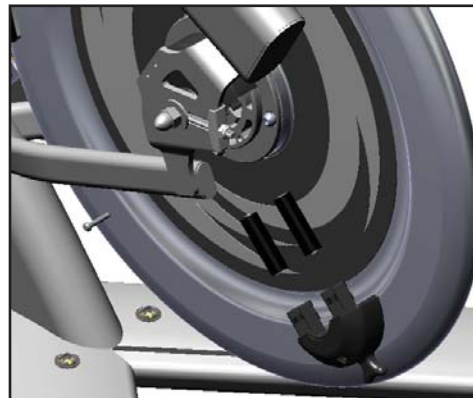
Over time, the batteries that power the electronics in the hub will need to be changed. See Preventative Maintenance for when to replace. The CycleOps Pro Series indoor cycle uses two AA batteries. The battery cap is split to make this task as easy as possible.



1. Rotate the flywheel to access the bolt on the handle side of the battery cap.



2. Using a 2.5mm Allen wrench, remove the bolt on the battery cap. Pull the plastic battery cap away from the hub using the molded handle.



3. Replace the batteries, paying close attention to properly line up the +/- poles, then replace the battery cap and tighten the bolt.

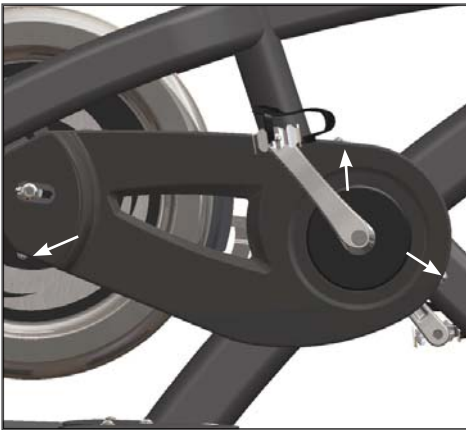
Adjust Flywheel/Chain Tension

Over time and after substantial use, the chain on the CycleOps Pro Series indoor cycle will stretch. Adjusting the tension/alignment is a difficult task and improper adjustment can lead to premature chain/cog wear. It is recommended this task be done with assistance from an authorized indoor cycle dealer. The chain tension has been adjusted properly when there is little or no play felt when the pedals are rocked back and forth.

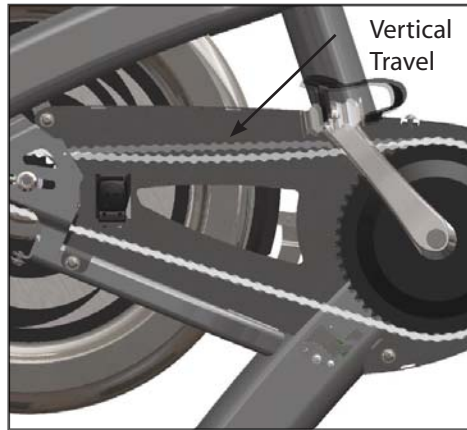
NOTE: Be sure to make small incremental adjustments to the tensioning hardware on both sides of the flywheel. Only adjusting one side will lead to improper flywheel alignment and unwanted drive train wear and/or noise.

CAUTION: Improper chain adjustment will cause premature wear and may void the warranty.

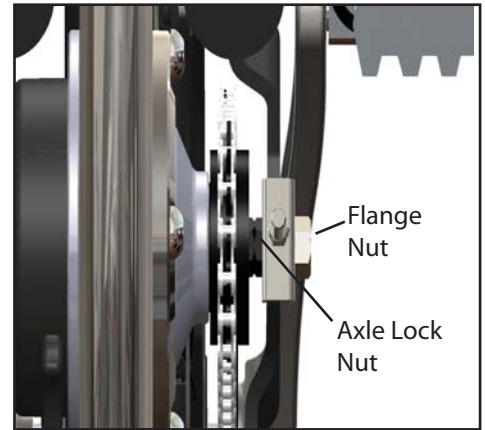
CAUTION: NEVER put hands into or near the drive train while it is motion!



1. Using a 4mm Allen wrench, remove the three chain guard bolts.



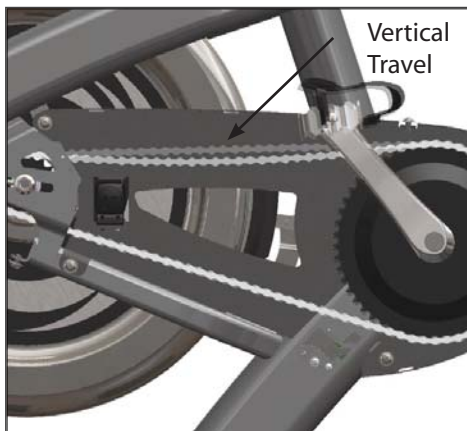
2. Pull chain down (midway between chain ring and gear) to measure vertical travel. Vertical travel should be approximately 1/4". Vertical travel with significantly more or less than 1/4" should be adjusted.



3. Use a 17mm cone wrench to hold the axle locking nuts in place. Do not turn the wrench, it is only used as a stabilizer. With the other hand, use a 15mm box wrench to loosen the flange nuts on the axle. Repeat this process on each side of the flywheel.



4. Using a 10mm box wrench, adjust the tensioning hardware until the proper chain tension is achieved evenly on both sides.



5. Pull chain down (midway between chain ring and gear) to measure vertical travel. Vertical travel should be approximately 1/4" when the chain has been properly adjusted. Tighten flange nuts to 75 in-lbs. Do not overtighten.

Adjust Brake Pad (100 Pro, 200 Pro, 300 Pro only)

The brake mechanism has been adjusted at the factory. However, over time due to chain stretch and brake pad wear, it may need to be adjusted. To replace/adjust brake pad, use the following procedure:



1. Back off resistance until it the knob stops turning (counterclockwise). Then turn clockwise 180 degrees (1/2 turn).



2. Loosen the clamping bolts with a 5mm Allen wrench. Align the brake pad by sliding it towards the flywheel. Stop when the pad just touches the flywheel. Align the arc of the brake pad with the arc of the flywheel.



3. Tighten clamping bolts to 50 in-lbs. When properly adjusted, the CycleOps Pro Series indoor cycle should register around 30 watts at 90 rpm at the lowest resistance setting (can only be validated on 300 Pro).

Adjust Brake Pad (400 Pro only)

The brake mechanism has been adjusted at the factory and has an electronically adjusted brake pad. Instead of manually adjusting the brake pad, plug the indoor cycle in for 60 seconds and then remove the plug. This resets and places the brake pad in the furthest position (lightest resistance).

CHAPTER 6: PREVENTATIVE MAINTENANCE

Performing necessary preventative maintenance is key to keeping the CycleOps Pro Series indoor cycle in proper working condition. Following the recommended maintenance procedures will help extend the life of the CycleOps Pro Series indoor cycle.

DAILY

After each day the indoor cycle is ridden, perform the following:

- Release all tension from the resistance knob.
- Wipe down the handlebar.
- Wipe down seat/seat post.
- Wipe down flywheel.
- Wipe down frame.
- Wipe down chain guard.
- Wipe down resistance knob.
- Wipe down handlebar post.
- Wipe down stabilizers.

NOTE: Never use abrasive cleaning liquids or petroleum-based solvents when wiping down the indoor cycle. A standard bike polish can be used on the painted parts of the indoor cycle.

WEEKLY

In addition to daily maintenance, perform the following each week:

- Inspect and adjust brake pad.
- Properly tighten pedals and all hardware attaching toe clips/straps (if applicable). Tighten pedals to 300 in-lbs.
- Inspect handlebar clamp assembly. Tighten clamp bolt if loose.
- Inspect seat post clamp and clamp assembly. Tighten clamp bolt if loose.
- Inspect stabilizer feet. Tighten if necessary.
- Inspect flywheel. Check for proper alignment. Tighten flange locking nuts to 75 in-lbs.

MONTHLY

In addition to daily and weekly maintenance, perform the following each month:

- Remove handlebar post and seat post and clean both the tubes as well as inside the plastic sleeves. Inspect the sleeves for scoring. Replace if there is vertical slippage.
- Clean the underside of the stabilizer feet.
- Clean the flywheel with mild detergent or a damp cloth.
- Check the chain tension to ensure that the chain is properly adjusted.
- Inspect brake pads for wear. Replace pads if there is less than 2mm of felt pad exposed.

BIANNUAL

In addition to daily, weekly and monthly maintenance, perform the following every six months:

- Lubricate chain using the lubrication port on the back of the chain guard. Liberally spray a Teflon-based lubricant onto the chain. Be sure each link gets lube. Be careful not to over-lubricate the chain. Excess lube will drip out and can stain floors/carpet.

ANNUAL

In addition to daily, weekly, monthly and biannually maintenance, perform the following after extended use (this may or may not be annually):

- Apply a light coating of lithium grease on the threads of the stabilizer bolts, stabilizer feet and pedals. This prevents the parts from seizing over time.
- Replace batteries in hub or sensor.

CHAPTER 7: ELECTRONICS

The CycleOps Pro Series indoor cycle (200 Pro, 300 Pro and 400 Pro) includes the Joule display. Visit www.cycleops.com for more information regarding Joule. Some specific information relevant to the CycleOps Pro Series indoor cycle includes:

-Mounting Joule bracket and Joule

-Adjusting controlled resistance

Technical Specifications:

Weight Limit 300 pounds

Standard Height Range 5'5" to 6'6"

Q Factor 168mm (outside to outside)

Crank Arm Length 170mm

PowerTap Accuracy +/-1.5% (400 Pro/300 Pro only)

Signal Transmission: ANT+

Operational Temperature 0 to 40 degrees Celsius or 32 to 104 Fahrenheit

Battery Life (Hub) 1000 hours approx.

Battery Life (Joule) 20 hours approx.

Hub battery type: two AA type 1.5 volt

Joule battery type: rechargeable

Freehub fixing bolt torque 300 inch-lbs.

CHAPTER 8: RADIO FREQUENCY (RF) INTERFERENCE

Radio frequency (RF) interference with other devices may cause intermittent loss of information. Wireless Internet access points, microwaves, cordless phones, or other wireless devices may cause frequency interference. To mitigate the chance of interference, set wireless access points to the lowest channel possible and keep indoor cycles away from interfering devices. To change the channel on the access point, please consult manufacturer's documentation.

CycleOps utilizes ANT+ technology to ensure a robust and reliable connection between the various sensors used in our products. Sensors are defined as power meter sensors, heart rate strap sensors, cadence sensors, speed sensors, and controlled resistance sensors.

Statement of Compliance for FCC and Industry Canada:

This device complies with Industry Canada and Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

The term "IC" before the radio certification number only signifies that Industry Canada technical specifications were met. Changes or modifications to this device not expressly approved by the party responsible for compliance with FCC regulations (the manufacturer) could void the user authority to operate the equipment.

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

CHAPTER 9: IMPORTANT PRECAUTIONS

It is the responsibility of the owner to ensure that all users of this CycleOps Pro Series indoor cycle are adequately informed of all warnings and precautions. For questions regarding this guide, contact Customer Service at the number listed on the back panel of this guide.

WARNING: Always consult with a physician before beginning or modifying any exercise program.

- Stop exercising, if experiencing any kind of pain, including but not limited to: chest pains, nausea, dizziness, or shortness of breath and consult a physician before continuing.
- Always wear proper footwear while using this equipment.
- Do not jump on the indoor cycle.
- Keep power cord away from heated surfaces (400 Pro only).
- Unplug indoor cycle before moving or cleaning it (400 Pro only). To clean, wipe surfaces down with soap and slightly damp cloth only; never use solvents (see Preventative Maintenance).
- At no time should more than one person be on indoor cycle while in operation.
- This indoor cycle should not be used by persons weighing more than 300 pounds. Failure to comply will void the warranty.
- Do not use this indoor cycle in any location that is not temperature controlled, such as but not limited to garages, porches, pool rooms, bathrooms, car ports or outdoors. Failure to comply may void the warranty.
- Use the indoor cycle only as described in this guide.

CHAPTER 10: WARRANTY

Manufacturer's Warranty (under normal use)

Frame: Lifetime (Home) Fifteen Years (Commercial)

- Main frame assembly
- Stabilizers

Parts: Three Years

Excludes wear items:

- Brake pads
- Chain
- Pawls
- Pedals
- Seat post sleeve
- Handlebar sleeve

Electronics: One Year

In the event of a warranty issue, Saris Cycling Group, Inc. will repair or replace the item at its discretion. Saris Cycling Group, Inc. is not responsible for any indirect or consequential costs or damages associated with the warranty of the product. Our products are not covered under warranty in cases exhibiting signs of abuse, improper maintenance or installation, crash, using the product with non-compatible components, or using the product for purposes for which it was not designed. This warranty is also void if the product has been modified from its original form, including changes in aesthetics, serial numbers or logos.

Warranty Procedures: If it appears that a CycleOps Pro Series indoor cycle component is not working properly, please take the time to inspect and troubleshoot the system as best as possible. In many instances, solutions may be as simple as replacing a battery or adjusting a sensor. Often small parts can be repaired at a bike shop, instead of the longer and more expensive option of sending the unit back for repair. To warranty the CycleOps Pro Series indoor cycle, return the product, where purchased or contact Saris Cycling Group, Inc. at 1-800-783-7257.

Copyright

Copyright 2009. All rights reserved. No part of this publication may be copied, photographed, reproduced, translated, transmitted electronically or placed on digital media without the prior written consent of Saris Cycling Group, Inc.

Trademarks

Saris Cycling Group, Inc., CycleOps and the PowerTap logo, are all registered trademarks of Saris Cycling Group, Inc. All other product, brand, or trade names used in this guide may be trademarks or registered trademarks of their respective owners.

Modifications

Saris Cycling Group, Inc. reserves the right to make improvements and/or updates to the products described herein at any time without notice.

Bicicletas de interior CycleOps serie Pro

Guía de usuario

400 Pro

300 Pro

200 Pro

100 Pro



CycleOps
POWER



ÍNDICE

CAPÍTULOS:

1. ANTES DE EMPEZAR.....	1
2. DESEMBALAJE DE LA BICICLETA DE INTERIOR CYCLEOPS SERIE PRO.....	2
3. MONTAJE DE LA BICICLETA DE INTERIOR	3
Montaje de las patas estabilizadoras	
Montaje del manillar	
Montaje del sillín	
Nivelación de la bicicleta de interior	
Montaje de los pedales	
4. USO GENERAL.....	6
Ajuste del sillín	
Ajuste del manillar	
Ajuste de la resistencia	
5. AJUSTES COMUNES.....	8
Sustitución de la pila del sensor de velocidad	
Sustitución de la pila del sensor de cadencia	
Sustitución de las pilas del cubo	
Ajuste de la tensión de la rueda/cadena	
Ajuste de la zapata de freno	
6. MANTENIMIENTO PREVENTIVO.....	10
7. ELECTRÓNICA	11
8. INTERFERENCIAS DE RADIOFRECUENCIA (RF)	12
9. PRECAUCIONES IMPORTANTES.....	12
10. GARANTÍA.....	13

CAPÍTULO 1: ANTES DE EMPEZAR

Felicidades por elegir una bicicleta de interior CycleOps serie Pro. La bicicleta de interior CycleOps serie Pro sitúa el ciclismo en un nivel superior, ya que es la única bicicleta de interior que se adapta, se siente y se lleva como una bicicleta real.

Guía de usuario de la bicicleta de interior CycleOps serie Pro para:

- 400 Pro
- 300 Pro
- 200 Pro
- 100 Pro

Lea esta guía para aprender a:

- Montar la bicicleta de interior
- Utilizar la bicicleta de interior
- Realizar ajustes comunes

Visite www.cycleops.com para obtener información adicional acerca de Saris Cycling Group y las bicicletas de interior CycleOps serie Pro:

- Registrar el producto para disfrutar de la garantía
- Consultar preguntas frecuentes
- Ver vídeos instructivos
- Ver actualizaciones técnicas y del producto de CycleOps
- Suscribirse al boletín CycleOps Power
- Aprender más acerca del entrenamiento de potencia

CAPÍTULO 2: DESEMBALAJE DE LA BICICLETA DE INTERIOR CYCLEOPS SERIE PRO

Coloque la caja en posición vertical y corte las tiras de cierre de plástico. Levante la parte superior de la caja para sacar la bicicleta de interior y el embalaje. Saque de la caja todas las piezas, incluidas las piezas de espuma. Asegúrese de que estén incluidas todas las piezas siguientes:

	Nombre	Cantidad
A	Estabilizador trasero	1
B	Estabilizador delantero	1
C	Cuadro principal	1
D	Soporte del manillar (más corto, hasta 45 cm)	1
E	Soporte del sillín (más largo, hasta 58 cm)	1
F	Sillín	1
G	Abrazadera del soporte del sillín	1
H	Manillar	1
I	Portabotellas	1
J	Pedaleras	1
K	Tapas de extremos	2
L	Tornillos de tapa de extremo	4
M	Espaciador del portabotellas	1
N	Llaves grandes en L	2
O	Llaves pequeñas en L	2
P	Tornillos estabilizadores	8
Q	Arandelas estabilizadoras	8
R	Llave multiuso	1
S	Llave Allen de 6 mm con destornillador plano en el extremo	1
T	Llave Allen de 5 mm	1
U	Llave Allen de 4 mm	1
V	Llave Allen de 3 mm	1

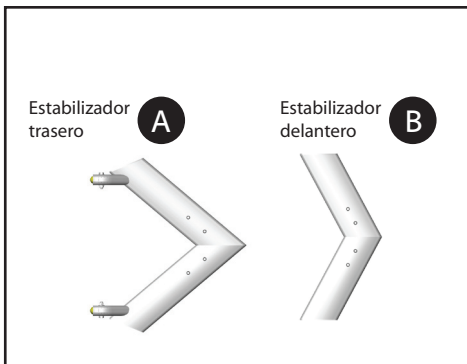


Herramientas adicionales que pueden ser útiles:

- Pequeño sujetador de apriete o fijaciones
- Llave cónica de 17 mm
- Llave de tubo de 15 mm
- Llave de tubo de 10 mm
- Alicates
- Llave para pedal
- Llave Allen de 2,5 mm

CAPÍTULO 3: MONTAJE DE LA BICICLETA DE INTERIOR

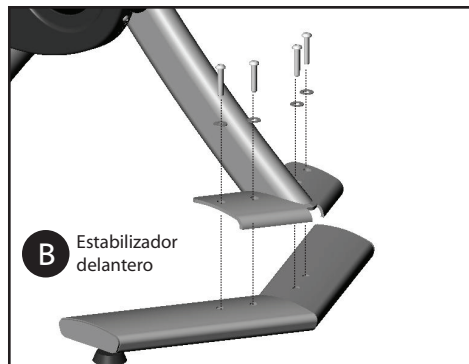
Montaje de las patas estabilizadoras



1. Observe la diferencia entre los estabilizadores delantero y trasero. El estabilizador mayor con ruedas va en la parte posterior de la bicicleta de interior (debajo de la rueda).

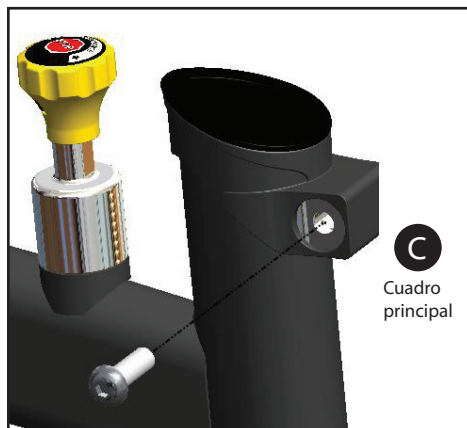


2. Monte el estabilizador trasero en la parte posterior del cuadro con cinco tornillos de estabilizador de 5 mm y arandelas de estabilizador utilizando la llave Allen de 5 mm. Apriete primero los tornillos interiores y, a continuación, continúe con los tornillos exteriores asegurándose de que la pata se fija correcta y uniformemente.

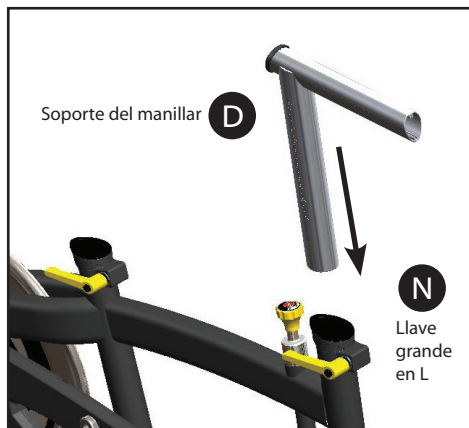


3. Monte el estabilizador delantero en la parte frontal del cuadro con cinco tornillos de 5 mm y arandelas de estabilizador utilizando la llave Allen de 5 mm. Apriete primero los tornillos interiores y, a continuación, continúe con los tornillos exteriores asegurándose de que la pata se fija correcta y uniformemente.

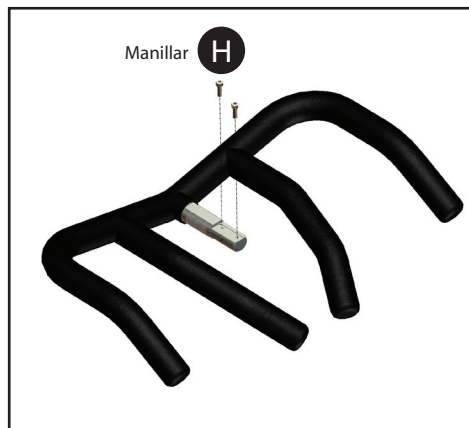
Montaje del manillar



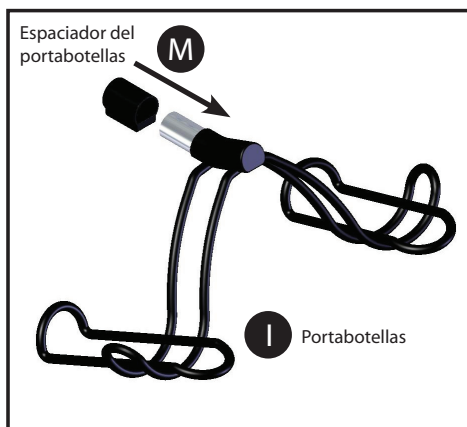
1. Quite el tornillo de 6 mm del bastidor principal mediante la llave Allen de 6 mm. Puede colocar el tornillo de 6 mm en lugar de la llave grande en L para fijar de modo permanente la altura del manillar.



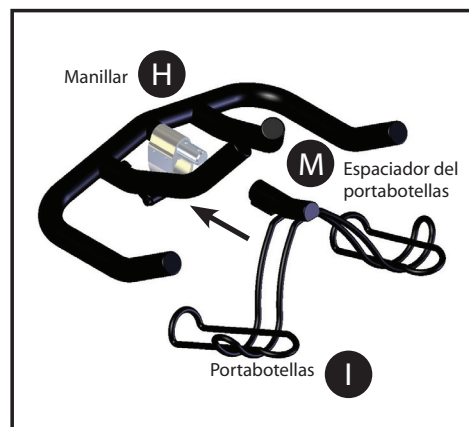
2. Inserte el manillar en el tubo del vástago y fíjelo insertando la llave grande en L en el cuadro en el lado derecho de la bicicleta (lado del protector de cadena).



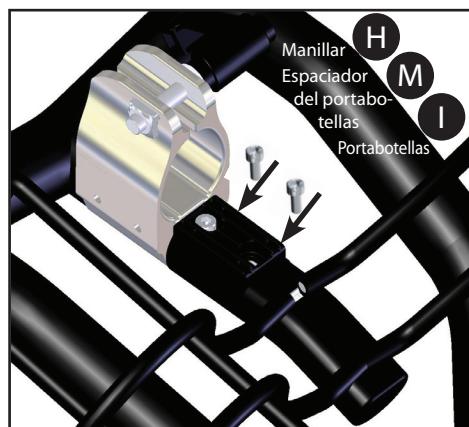
3. Saque del manillar los dos tornillos espaciadores y las arandelas con la llave Allen de 4 mm.



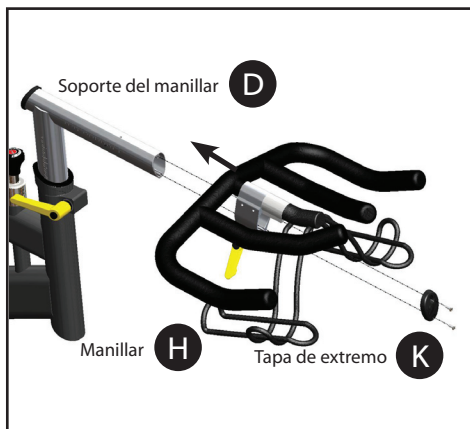
4. Inserte el espaciador del portabotellas por el tubo en D en el portabotellas.



5. Coloque el portabotellas y el espaciador en el manillar.



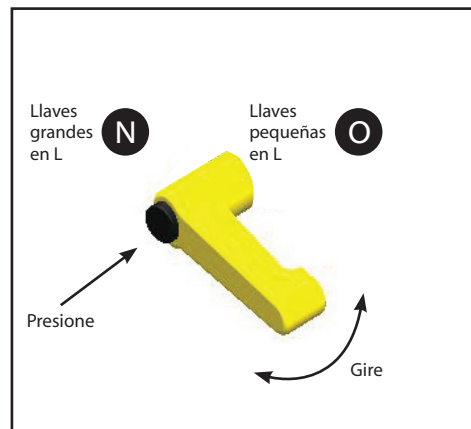
6. Fije el portabotellas y el manillar, utilizando los dos tornillos espaciadores de 4 mm y las arandelas que ha desmontado anteriormente, a la parte inferior del manillar.



7. Inserte con cuidado el conjunto de manillar en el soporte correspondiente. Fije la tapa de plástico del extremo al soporte del manillar mediante los dos tornillos de la tapa de extremo con el destornillador plano incluido en la llave Allen de 6 mm.



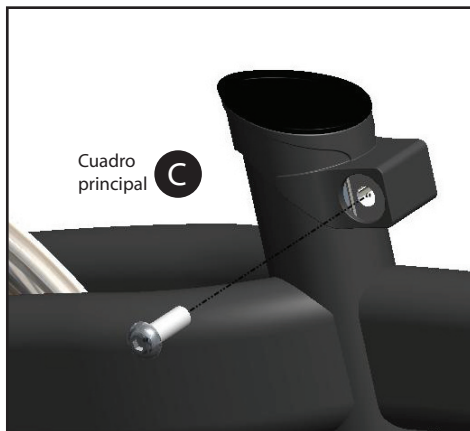
8. Una vez colocado el manillar, fíjelo con la llave pequeña en L en el lado derecho de la bicicleta (lado del protector de la cadena).



9. Presione el botón negro y gire las llaves en L pequeña y grande para posicionarlas sin apretar. Suelte el botón y deje que la llave se asiente para poder apretar o aflojar un ajuste.

Montaje del sillín

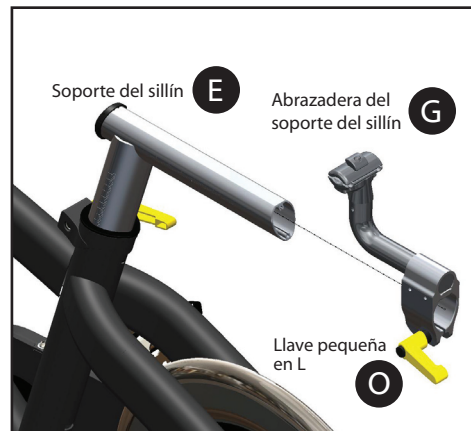
La bicicleta de interior CycleOps serie Pro incluye un sillín. Si lo desea, puede instalar un sillín distinto en la bicicleta para personalizar sus sesiones de entrenamiento. En algunos casos, se requiere una abrazadera de soporte del sillín más corta para aquellos usuarios cuya estatura sea inferior a 1,5 m. Si lo desea, póngase en contacto con Saris Cycling Group para adquirir la abrazadera de sillín más corta.



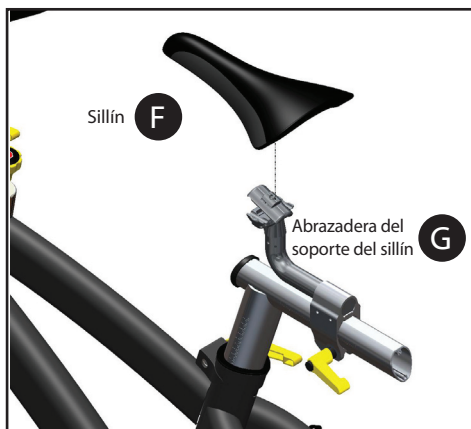
1. Quite el tornillo de 6 mm del bastidor principal mediante la llave Allen de 6 mm. Puede colocar el tornillo de 6 mm en lugar de la llave L grande para fijar de modo permanente la altura del sillín.



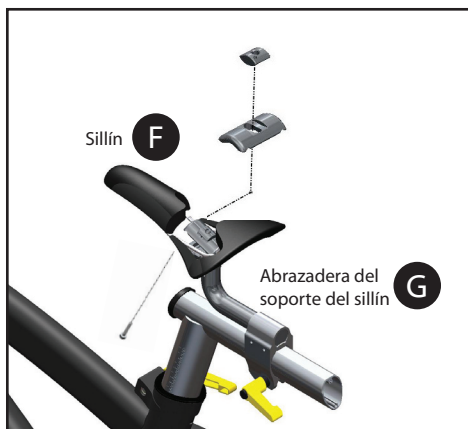
2. Inserte el soporte del sillín en el tubo correspondiente y fíjelo insertando la llave grande en L en el cuadro a la derecha de la bicicleta de interior (lado del protector de cadena).



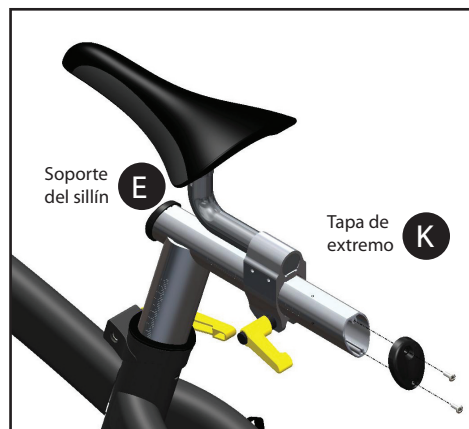
3. Fije la abrazadera al soporte del sillín. Una vez nivelado el sillín, apriételo con la llave pequeña en L.



4. Monte el sillín en la abrazadera de soporte del sillín.



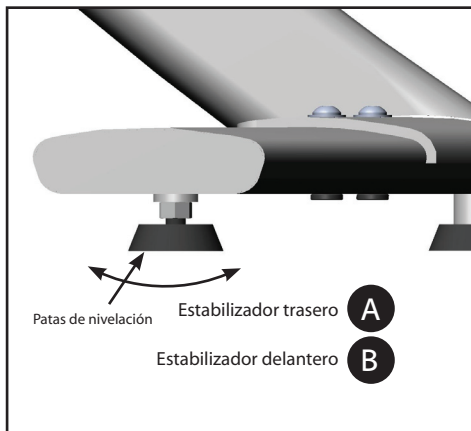
5. Afloje el tornillo de 6 mm y coloque las guías del sillín dentro de la abrazadera. Ajuste la posición del sillín como desee mediante la llave Allen de 6 mm.



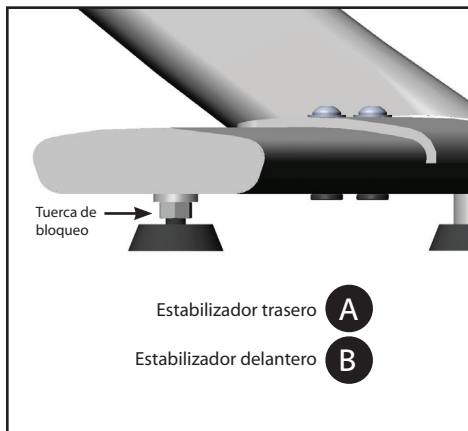
6. Fije la tapa de plástico del extremo al soporte del sillín mediante los dos tornillos de tapa del extremo con el destornillador plano incluido en la llave Allen de 6 mm.

Nivelación de la bicicleta de interior

Lleve la bicicleta de interior al lugar donde se vaya a utilizar y nivélela girando las patas ajustables situadas debajo de los estabilizadores. La nivelación de la bicicleta de interior ayuda a garantizar un entrenamiento estable y silencioso y reduce el desgaste del cuadro. Cuando se ajusta correctamente, no hay movimiento de sacudida de un pie al otro.



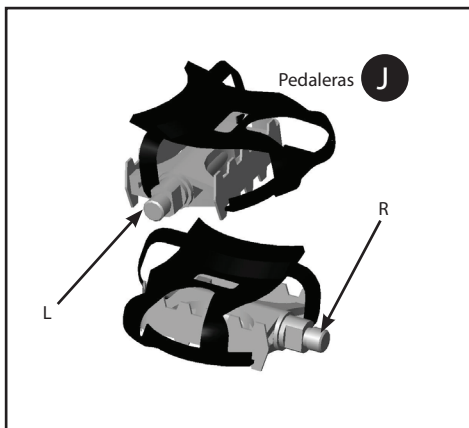
1. En caso necesario, se pueden ajustar las cuatro patas de nivelación exteriores. Gire las patas estabilizadoras en el sentido de las agujas del reloj para bajar la bicicleta de interior. Gire las patas estabilizadoras en sentido contrario a las agujas del reloj para elevar la bicicleta de interior.



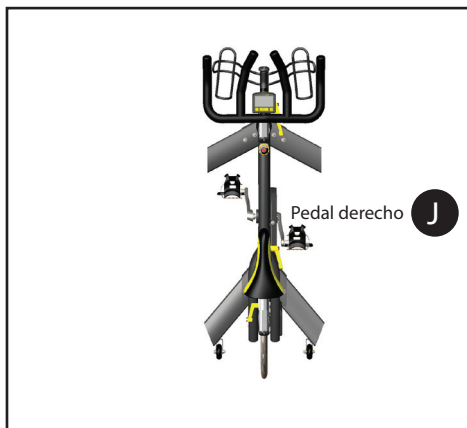
2. Fije la pata de nivelación apretando las tuercas de bloqueo con la llave multiuso, en la parte inferior del estabilizador trasero y/o delantero.

Montaje de los pedales

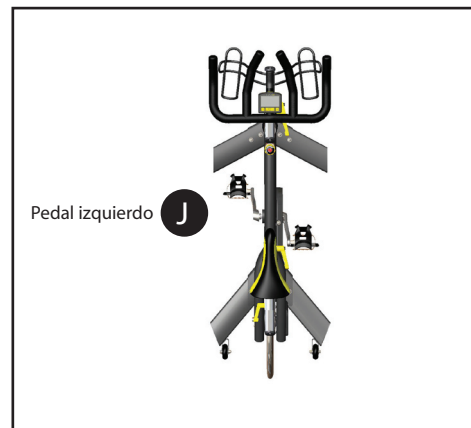
La bicicleta de interior CycleOps serie Pro incluye un juego de pedales. Si lo desea, la bicicleta CycleOps serie Pro permite adaptar cualquier clase de pedales estándar para personalizar sus sesiones de entrenamiento. Instale los pedales siguiendo las especificaciones del fabricante. Una instalación incorrecta podría provocar daños en la manivela. La garantía no cubre los daños causados por una instalación incorrecta de los pedales.



1. Monte los pedales en la bicicleta con la herramienta multiuso incluida o con una llave para pedales (no incluida). Cada pedal lleva marcada una letra "R" (pedal derecho) o una letra "L" (pedal izquierdo) en el eje. Esta marca indica el lado de la bicicleta en el que se debe instalar el pedal. Esto es importante porque las direcciones de roscado son diferentes en cada pedal.



2. Localice el pedal derecho "R". Este pedal se debe instalar en el lado derecho de la bicicleta (lado del protector de la cadena). Gire el eje en el sentido de las agujas del reloj para apretarlo. Apriete los pedales mediante la llave multiuso o con una llave para pedales a 34 Nm (300 in-lbs).



3. Localice el pedal izquierdo "L". Este pedal se debe instalar en el lado izquierdo de la bicicleta (lado contrario al protector de la cadena). Gire el eje en sentido contrario a las agujas del reloj para apretarlo, ya que este pedal tiene una rosca a izquierdas. Apriete los pedales mediante la llave multiuso o con una llave para pedales a 34 Nm (300 in-lbs).

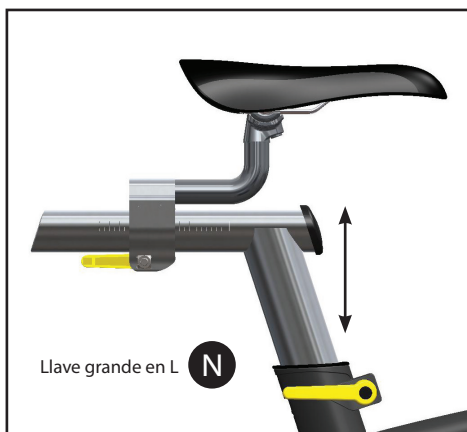
CAPÍTULO 4: USO GENERAL

La bicicleta de interior CycleOps serie Pro es fácil de utilizar. Ajuste el sillín y el manillar para modificar la posición de manejo. Ajuste la resistencia para cambiar el paso/cadencia.

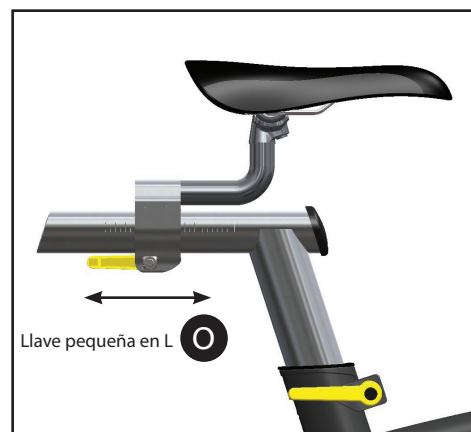
Ajuste del sillín



1. Ajuste la posición del sillín para una máxima eficiencia de ejercicio, comodidad y para reducir el riesgo de daños. Detenga la rueda y desmonte la bicicleta de interior antes de realizar los ajustes.



2. Gire la llave grande en L en sentido contrario a las agujas del reloj para aflojarla. Suba o baje el soporte del sillín hasta la altura deseada. Gire la llave grande en L en el sentido de las agujas del reloj para apretarla.

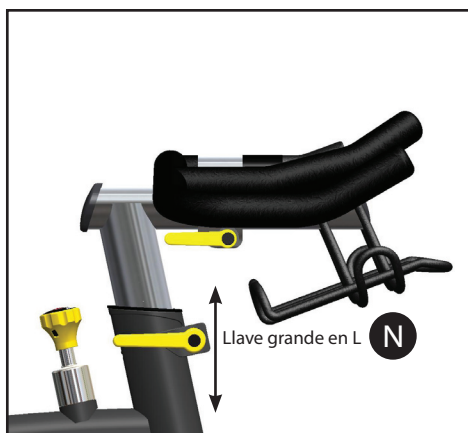


3. Gire la llave pequeña en L en sentido contrario a las agujas del reloj para aflojarla. Mueva la abrazadera de soporte del sillín y el sillín hacia adelante o hacia atrás hasta alcanzar la posición deseada. Gire la llave pequeña en L en el sentido de las agujas del reloj para apretarla.

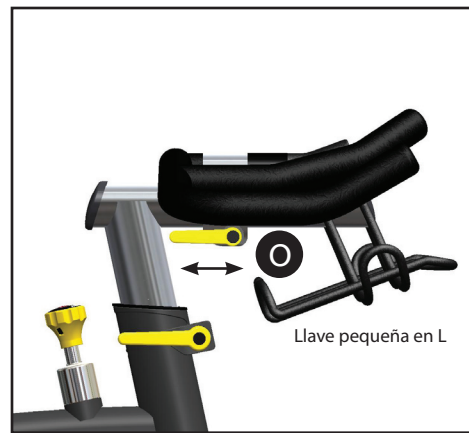
Ajuste del manillar



1. Ajuste el manillar para maximizar la comodidad o imitar la posición de ciclismo al aire libre. Detenga la rueda y desmonte la bicicleta de interior antes de realizar los ajustes.



2. Gire la llave grande en L en sentido contrario a las agujas del reloj para aflojarla. Suba o baje el soporte del manillar hasta la altura deseada. Gire la llave grande en L en el sentido de las agujas del reloj para apretarla.



3. Gire la llave pequeña en L en sentido contrario a las agujas del reloj para aflojarla. Desplace el manillar hacia delante o hacia atrás hasta fijar la posición adecuada. Gire la llave pequeña en L en el sentido de las agujas del reloj para apretarla.

Resistencia de control (sólo modelos 100 Pro, 200 Pro, 300 Pro)

La bicicleta de interior CycleOps serie Pro permite al usuario un control total de la resistencia mediante el ajuste del mando de resistencia. Los niveles inferiores de resistencia permiten que los pedales giren a mayor paso/cadencia (menor dificultad). Los niveles superiores de resistencia hacen que los pedales giren a menor paso/cadencia (mayor dificultad).



1. Controle la resistencia de pedaleo mediante el mando de resistencia situado detrás del manillar en la barra superior del cuadro.



2. Gire el mando en el sentido de las agujas del reloj (+) para aumentar la resistencia. Gire el mando en sentido contrario a las agujas del reloj (-) para reducir la resistencia.



3. En caso de emergencia o antes de desmontar la bicicleta de interior, presione directamente el mando de resistencia hacia abajo para detener repentinamente la rueda.

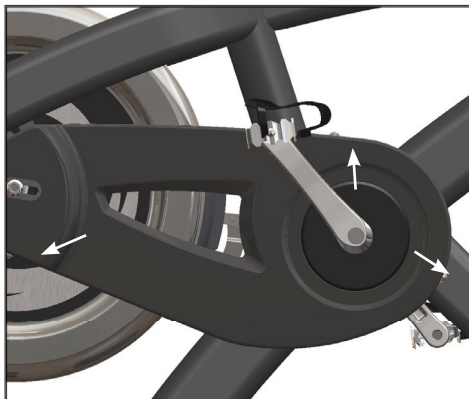
Ajuste de la resistencia (sólo 400 Pro)

La resistencia de pedaleo se controla automáticamente en la pantalla Joule, situada en el manillar. Consulte la guía de usuario de Joule para más información.

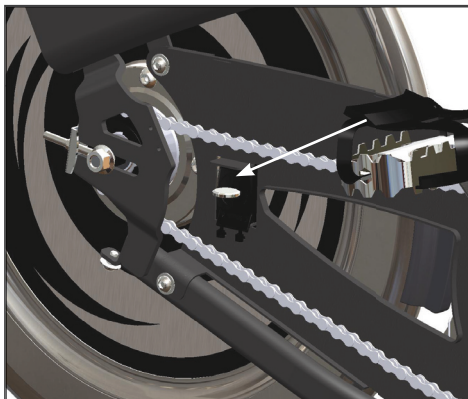
CAPÍTULO 5: AJUSTES COMUNES

Sustitución de la pila del sensor de velocidad (sólo 200 Pro)

Con el paso del tiempo será necesario cambiar la pila del sensor de velocidad. Consulte la sección Mantenimiento preventivo para ver cuándo hay que sustituirla.



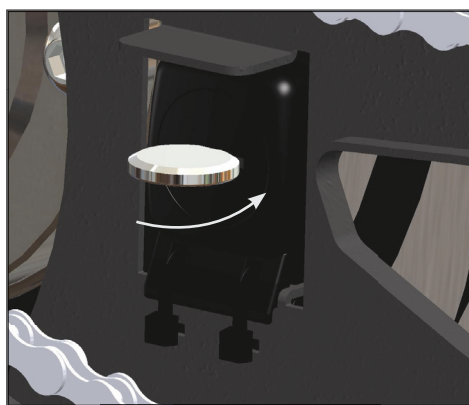
1. Mediante una llave Allen de 4 mm, desmonte los tres tornillos de la protección de cadena y quite dicha protección.



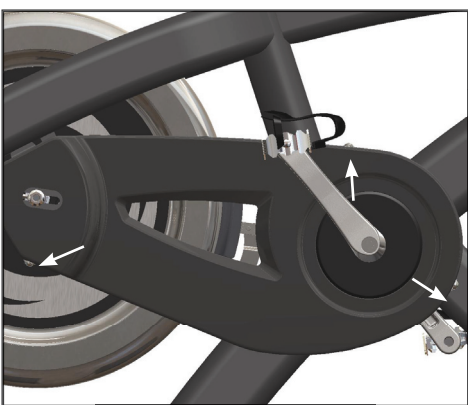
2. Localice el sensor de velocidad situado junto al cubo.



3. Sustituya la pila por una pila CR2032 compatible.



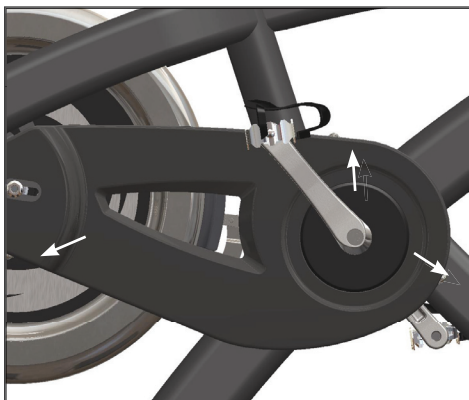
4. Con la ayuda de la pila nueva, extraiga la cubierta del compartimento para pilas en la parte posterior del sensor girándola media vuelta en sentido contrario a las agujas del reloj.



5. Utilizando una llave Allen de 4 mm y los tres tornillos de la protección de cadena, vuelva a colocar dicha protección.

Sustitución de la pila del sensor de cadencia (sólo 200 Pro)

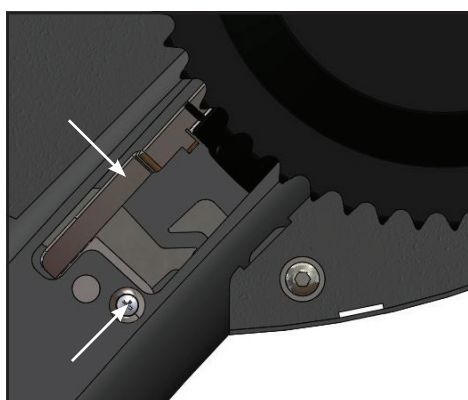
Con el paso del tiempo será necesario cambiar la pila del sensor de cadencia. Consulte la sección Mantenimiento preventivo para ver cuándo hay que sustituirla.



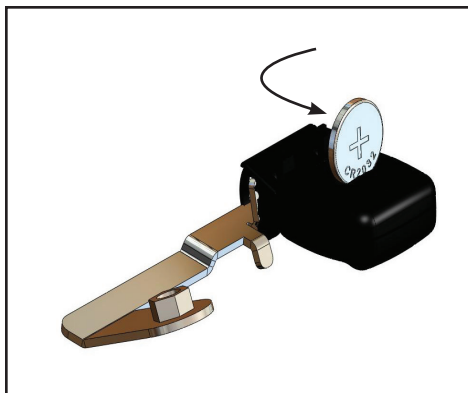
1. Mediante una llave Allen de 4 mm, desmonte los tres tornillos de la protección de cadena y quite dicha protección.



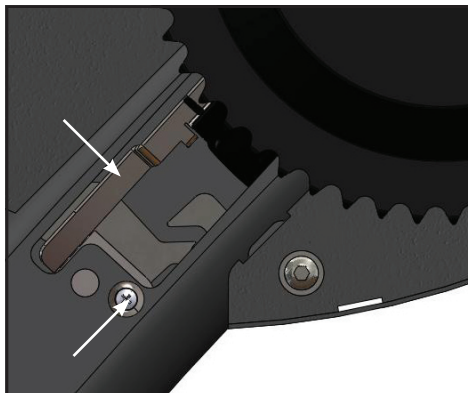
2. Localice el sensor de cadencia dentro del cuadro.



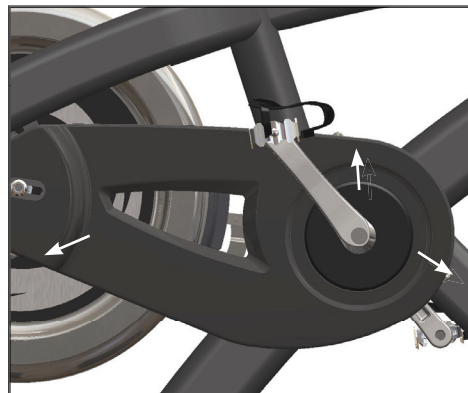
3. Mediante una llave Allen de 4 mm, quite el tornillo que sujeta el sensor de cadencia (asegúrese de sujetar el brazo del sensor de cadencia para evitar que el sensor de cadencia se caiga del cuadro). Saque el sensor de cadencia del cuadro.



4. Utilizando la pila nueva (CR2032 compatible), extraiga la cubierta del compartimento para pilas en la parte posterior del sensor de cadencia girándola media vuelta en sentido contrario a las agujas del reloj. Sustituya la pila antigua por la nueva.



5. Fije el sensor de cadencia al cuadro utilizando el tornillo que quitó anteriormente y una llave Allen de 4 mm. Asegúrese de sujetar el brazo del sensor de cadencia al fijar el tornillo.

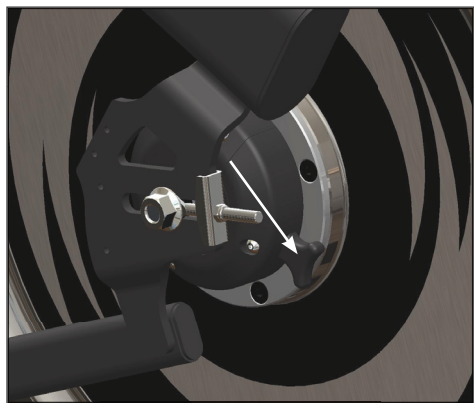


6. Utilizando una llave Allen de 4 mm y los tres tornillos de la protección de cadena, vuelva a colocar dicha protección.

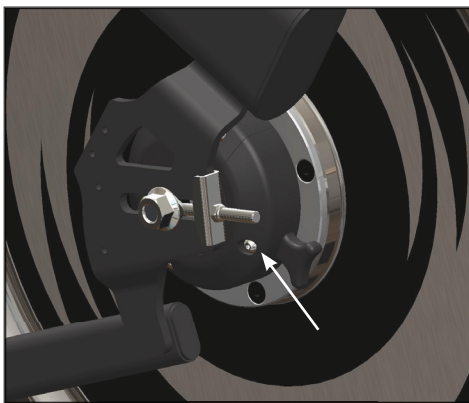
NOTA: después de sustituir la pila, Joule debe volver a detectar el ID codificado del sensor. Consulte la guía de usuario de Joule para obtener las instrucciones (disponible en www.cycleops.com).

Sustitución de las pilas del cubo (sólo 400 Pro/300 Pro)

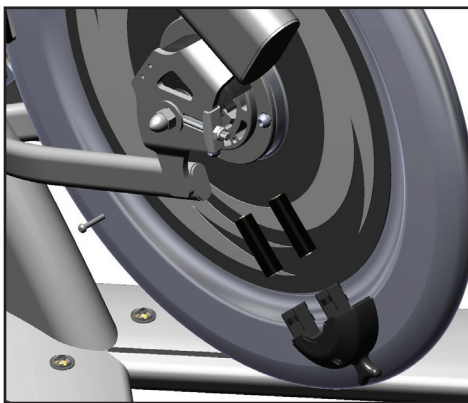
Con el paso del tiempo será necesario cambiar las pilas que alimentan la electrónica en el cubo. Consulte la sección Mantenimiento preventivo para ver cuándo hay que sustituirla. La bicicleta de interior CycleOps serie Pro utiliza dos pilas AA. La tapa del compartimento para pilas está dividida para facilitar en lo posible esta tarea.



1. Gire la rueda para acceder al tornillo en el lado de la llave de la tapa del compartimento para pilas.



2. Con una llave Allen de 2,5 mm, extraiga el tornillo de la tapa del compartimento para pilas. Saque del cubo la tapa de plástico del compartimento para pilas utilizando el tirador anatómico.



3. Sustituya las pilas, prestando atención a la polaridad +/- correcta y, a continuación, vuelva a colocar la tapa y a apretar el tornillo.

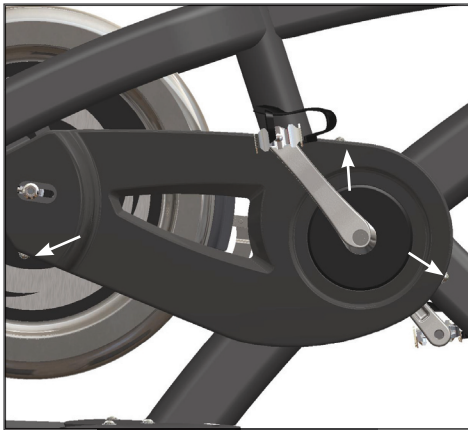
Ajuste de la tensión de la rueda/cadena

Con el paso del tiempo y tras un uso prolongado, la cadena de la bicicleta de interior CycleOps serie Pro se alarga. El ajuste de la tensión/alineación es una tarea difícil y un ajuste incorrecto puede provocar un desgaste prematuro de la cadena/piñón. Se recomienda llevar a cabo esta tarea con el asesoramiento de un proveedor autorizado de bicicletas de interior. La tensión de la cadena está correctamente ajustada cuando se nota poco o ningún juego al mover los pedales hacia adelante y hacia atrás.

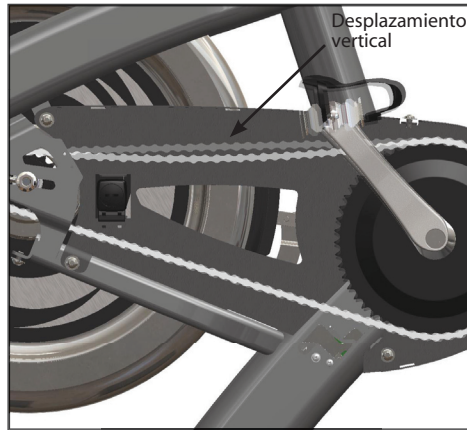
NOTA: asegúrese de realizar pequeños ajustes incrementales en el mecanismo de tensión en ambos lados de la rueda. El ajuste en un sólo lado provocará una alineación inadecuada de la rueda, desgaste indeseado en el tren de tracción y/o ruido.

PRECAUCIÓN: un ajuste inadecuado de la cadena podría provocar un desgaste prematuro y podría anular la garantía.

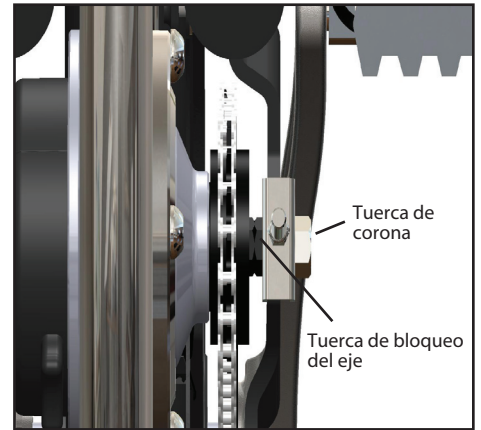
PRECAUCIÓN: no acerque NUNCA las manos al tren de tracción con la bicicleta está en movimiento.



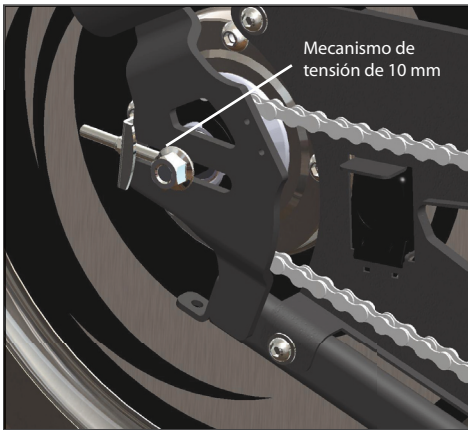
1. Con una llave Allen de 4 mm, extraiga los tres tornillos de la protección de la cadena.



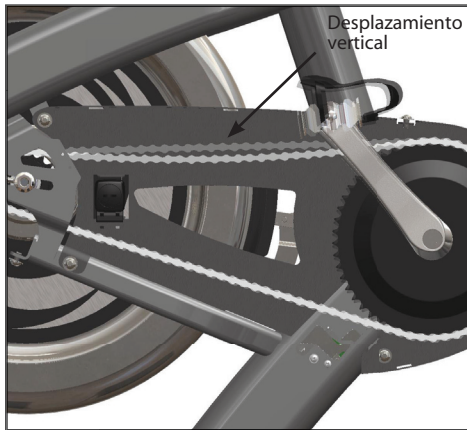
2. Tire de la cadena hacia abajo (a medio camino entre el anillo de la cadena y el engranaje) para medir el desplazamiento vertical. El desplazamiento vertical debe ser aproximadamente de 6 mm. Si el desplazamiento vertical es mucho mayor o menor de 6 mm debe ajustarse.



3. Utilice una llave cónica de 17 mm para colocar las tuercas de bloqueo del eje en su posición. No gire la llave, ya que sólo se utiliza como estabilizador. Con la otra mano, utilice una llave de tubo de 15 mm para aflojar las tuercas de la corona en el eje. Repita este proceso en ambos lados de la rueda.



4. Con una llave de tubo de 10 mm, ajuste el mecanismo de tensión hasta lograr una tensión de cadena adecuada y uniforme en ambos lados.



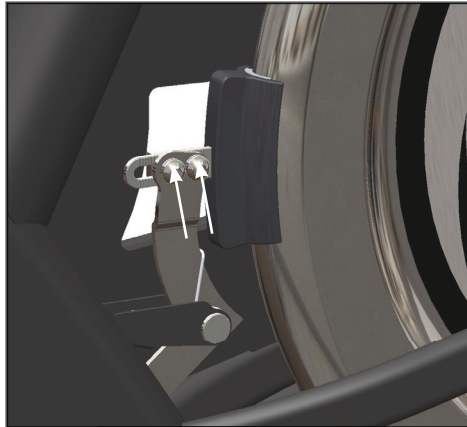
5. Tire de la cadena hacia abajo (a medio camino entre el anillo de la cadena y el engranaje) para medir el desplazamiento vertical. El desplazamiento vertical debe ser aproximadamente de 6 mm cuando la cadena está bien ajustada. Apriete las tuercas de la corona a 8,5 Nm (75 in-lbs). No las apriete más de lo necesario.

Ajuste de las zapatas de freno (sólo 100 Pro, 200 Pro y 300 Pro)

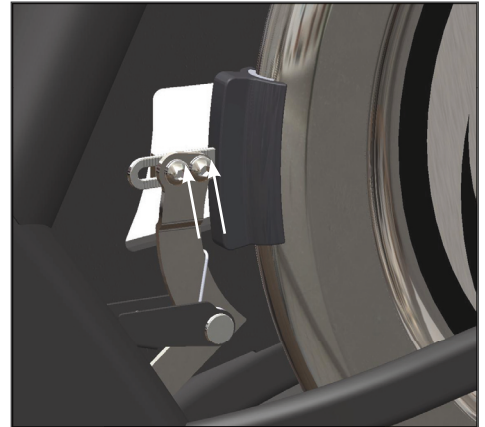
El mecanismo de freno se ha ajustado en fábrica. Sin embargo, con el paso del tiempo y debido al desgaste de las zapatas y el alargamiento de la cadena, es posible que requiera un ajuste. Para sustituir/ajustar la zapata de freno, siga el procedimiento que se detalla a continuación:



1. Haga retroceder la resistencia hasta que el mando deje de girar (sentido contrario a las agujas del reloj). A continuación, gire 180 grados (media vuelta).



2. Afloje los tornillos de apriete con una llave Allen de 5 mm. Alinee las zapatas de freno deslizándolas hacia la rueda. Deténgase cuando la zapata haga contacto con la rueda. Alinee el arco de la zapata de freno con el arco de la rueda.



3. Apriete los tornillos de apriete a 5,6 Nm (50 in-lbs). Si se ha ajustado correctamente, la bicicleta de interior CycleOps serie Pro debe registrar alrededor de 30 vatios a 90 r.p.m. con la configuración de resistencia más baja (sólo se puede validar en el modelo 300 Pro).

Ajuste de la zapata de freno (sólo 400 Pro)

El mecanismo de freno se ha ajustado en fábrica y tiene una zapata de freno ajustada electrónicamente. En lugar de ajustar manualmente la zapata de freno, enchufe la bicicleta de interior durante 60 segundos y, a continuación, quite el enchufe. De esta forma se restablece la zapata de freno y se coloca en la posición más alejada (menor resistencia).

CAPÍTULO 6: MANTENIMIENTO PREVENTIVO

Llevar a cabo las tareas de mantenimiento preventivo necesarias es esencial para mantener en buen estado de funcionamiento la bicicleta de interior CycleOps serie Pro. El cumplimiento de los procedimientos de mantenimiento recomendados ayudará a prolongar la vida útil de la bicicleta de interior CycleOps serie Pro.

DIARIO

Tras su sesión diaria con la bicicleta, lleve a cabo las siguientes tareas:

- Libere toda la tensión del mando de resistencia.
- Limpie el manillar.
- Limpie el sillín y su soporte.
- Limpie la rueda.
- Limpie el cuadro.
- Limpie la protección de la cadena.
- Limpie el mando de resistencia.
- Limpie el soporte del manillar.
- Limpie los estabilizadores.

NOTA: no utilice nunca productos de limpieza abrasivos o disolventes basado en petróleo para limpiar la bicicleta de interior. En las piezas pintadas de la bicicleta de interior se puede utilizar un abrillantador estándar para bicicletas.

SEMANAL

Además del mantenimiento diario, cada semana debe llevar a cabo las siguientes tareas:

- Inspeccione y ajuste la zapata de freno.
- Apriete correctamente los pedales y todos los mecanismos de calapié/cintas (si los hubiere). Apriete los pedales a 34 Nm (300 in-lbs).
- Revise la fijación del manillar. Apriete el tornillo de fijación si está suelto.
- Inspeccione la fijación del sillín y el conjunto de fijación. Apriete el tornillo de fijación si está suelto.
- Inspeccione las patas estabilizadoras. Apriételas si fuera necesario.
- Inspeccione la rueda. Compruebe que el alineamiento sea correcto. Apriete las tuercas de bloqueo de la corona a 8,5 Nm (75 in-lbs).

MENSUAL

Además del mantenimiento diario y semanal, cada mes debe llevar a cabo las siguientes tareas:

- Saque los soportes del manillar y del sillín y limpie los tubos y los manguitos interiores de plástico. Inspeccione los manguitos por si hay cortes. Sustitúyalos si hay deslizamiento vertical.
- Limpie la parte inferior de las patas estabilizadoras.
- Limpie la rueda con detergente neutro o un paño húmedo.
- Compruebe la tensión de la cadena para asegurarse de que está correctamente ajustada.
- Inspeccione las zapatas de freno para ver si están desgastadas. Sustitúyalas si queda menos de 2 mm de zapata.

SEMESTRAL

Además del mantenimiento diario, semanal y anual, cada mes debe llevar a cabo las siguientes tareas cada seis meses:

- Lubrique la cadena utilizando el puerto de lubricación en la parte posterior de la protección de cadena. Rocíe la cadena generosamente con lubricante basado en Teflón. Asegúrese de lubricar todos los eslabones. Tenga cuidado de no lubricar la cadena en exceso. El exceso de lubricante podría gotear y manchar el suelo o la alfombra.

ANUAL

Además de las tareas de mantenimiento diarias, semanales, mensuales y semestrales, realice lo siguiente tras un uso prolongado (que puede ser anualmente o no):

- Aplique una ligera capa de grasa de litio en las roscas de los tornillos estabilizadores, las patas estabilizadoras y los pedales. Esto evita que las piezas se agarroten con el tiempo.
- Sustituya las pilas del cubo o del sensor.

CAPÍTULO 7: ELECTRÓNICA

La bicicleta de interior CycleOps serie Pro (200 Pro, 300 Pro y 400 Pro) incluye la pantalla Joule. Visite www.cycleops.com para más información sobre Joule. Alguna información específica relevante para la bicicleta de interior CycleOps serie Pro incluye:

-Montaje del soporte Joule y del dispositivo Joule

-Ajuste de la resistencia controlada

Especificaciones técnicas:

Límite de peso 135 kg

Rango de estatura estándar 165 a 197 cm

Factor Q 168 mm (exterior a exterior)

Longitud del brazo de manivela 170 mm

Precisión de PowerTap +/-1.5% (sólo modelos 400 Pro/300 Pro)

Transmisión de señal: ANT+

Temperatura de funcionamiento 0 a 40 grados °C (32 a 104 °F)

Duración de la pila (cubo) 1000 horas aprox.

Duración de la pila (Joule) 20 horas aprox.

Tipo de pila del cubo: dos pilas tipo AA de 1,5 V

Tipo de pila del dispositivo Joule: recargable

Par del tornillo de fijación del cubo 34 Nm (300 inch-lbs).

CAPÍTULO 8: INTERFERENCIAS DE RADIOFRECUENCIA (RF)

Las interferencias de radiofrecuencia (RF) con otros dispositivos podrían provocar una pérdida de información intermitente. Los puntos de acceso inalámbrico a Internet, los microondas, los teléfonos inalámbricos y otros dispositivos pueden provocar interferencias de frecuencia. Para reducir las probabilidades de interferencia, establezca los puntos de acceso inalámbrico en el canal más bajo posible y mantenga las bicicletas de interior alejadas de los dispositivos que causen interferencias. Para cambiar el canal en el punto de acceso, consulte la documentación del fabricante.

CycleOps utiliza la tecnología ANT+ para garantizar una conexión robusta y fiable entre los diversos sensores utilizados en nuestros productos. Los sensores se definen como sensores de medición de potencia, sensores de cintas de ritmo cardíaco, sensores de cadencia, sensores de velocidad y sensores de resistencia controlada.

Declaración de conformidad para FCC e Industry Canada:

Este dispositivo es compatible con la normativa de Industry Canada y el Apartado 15 de FCC. El funcionamiento está sujeto a las dos condiciones siguientes: (1) Este dispositivo no debe provocar interferencias molestas y (2) este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia recibida, incluidas las interferencias que pudieran provocar un funcionamiento no deseado.

El término “IC” delante del número de certificación de radio sólo significa que se satisfacen las especificaciones técnicas de Industry Canada.

Los cambios o modificaciones a este dispositivo no aprobadas expresamente por la parte responsable de la compatibilidad con las normas FCC (el fabricante) podrían anular la autorización del usuario a manejar el equipo.

Este equipo ha sido probado y se ha determinado que está dentro de los límites de un dispositivo digital de Clase B, según se establece en el apartado 15 de la normativa FCC. Estos límites se han diseñado para ofrecer una protección razonable frente a interferencias dañinas en una instalación residencial. Este equipo genera, utiliza y puede emitir energía en frecuencias de radio y si no se instala y utiliza de acuerdo a las instrucciones podría provocar interferencias en las comunicaciones de radio. No obstante, no hay ninguna garantía de que no se producirán interferencias en una instalación particular.

Si este equipo provoca interferencias molestas para la recepción de radio o televisión, que se pueden comprobar encendiendo y apagando el equipo, se anima al usuario a intentar corregir la interferencia siguiendo una o varias de las medidas siguientes:

- Vuelva a orientar o colocar la antena receptora.
- Aumente la separación entre el equipo y el receptor.
- Conecte el equipo en una toma de un circuito distinto al que está conectado el receptor.
- Consulte al proveedor o a un técnico de radio/TV para solicitar ayuda.

CAPÍTULO 9: PRECAUCIONES IMPORTANTES

Es responsabilidad del propietario garantizar que todos los usuarios de esta bicicleta de interior CycleOps serie Pro estén convenientemente informados de todas las advertencias y precauciones. Para preguntas relacionadas con esta guía, póngase en contacto con el servicio de Atención al cliente que aparece en la contraportada de esta guía.

ADVERTENCIA: consulte siempre a un médico antes de comenzar o modificar un programa de ejercicio.

- Deténgase si sufre algún tipo de dolor, entre los que se incluyen entre otros: dolores pectorales, náuseas, mareo o falta de aliento y consulte a un médico antes de continuar.
- Utilice siempre un calzado adecuado al utilizar este equipo.
- No salte sobre la bicicleta de interior.
- Mantenga alejado el cable de superficies calientes (sólo 400 Pro).
- Desenchufe la bicicleta de interior antes de moverla o limpiarla (sólo 400 Pro). Para limpiarla, pase un paño con jabón ligeramente humedecido; no utilice nunca disolventes (consulte la sección Mantenimiento preventivo).
- En ningún momento debe haber más de una persona sobre la bicicleta mientras se usa.
- Esta bicicleta de interior no debe ser utilizada por personas que pesen más de 135 kg. El incumplimiento de las condiciones anteriores supone la anulación de la garantía.
- No utilice esta bicicleta de interior en lugares sin temperatura controlada como, por ejemplo, garajes, porches, piscinas, baños, cocheras o al aire libre. El incumplimiento de las condiciones anteriores podría suponer la anulación de la garantía.
- Utilice la bicicleta de interior sólo como se describe en esta guía.

CAPÍTULO 10: GARANTÍA

Garantía del fabricante (bajo uso normal)

Cuadro: Para toda la vida (Uso doméstico) Quince años (Uso comercial)

Cuadro principal

Estabilizadores

Piezas: Tres años

Excluido el desgaste de los elementos:

Zapatillas de freno

Cadena

Trinquetes

Pedales

Manguito del soporte del sillín

Manguito del manillar

Electrónica: Un año

En caso de que surja un problema de garantía, Saris Cycling Group, Inc. reparará o sustituirá el artículo según su propio criterio. Saris Cycling Group, Inc. no es responsable de los daños o costes indirectos o derivados asociados a la garantía del producto. Nuestros productos no están cubiertos por la garantía en los casos en los que se muestran señales de abuso, mantenimiento o instalación incorrectos, golpes, uso del producto con componentes no compatibles o uso del producto para fines distintos al uso previsto. Asimismo, la garantía queda anulada si se ha modificado la forma original del producto, incluidos los cambios estéticos, números de serie o logotipos.

Procedimientos de garantía: si parece que un componente de bicicleta de interior CycleOps serie Pro no funciona correctamente, dedique un tiempo a inspeccionar y solucionar los problemas del sistema de la mejor forma posible. En muchos casos las soluciones pueden ser tan fáciles como cambiar una pila o ajustar un sensor. Con frecuencia las piezas pequeñas se pueden reparar en una tienda de bicicletas, en lugar de enviar la unidad para su reparación, una opción más cara y que tarda más tiempo. Si desea aprovechar la garantía de la bicicleta de interior CycleOps serie Pro, devuelva el producto al lugar de compra o póngase en contacto con Saris Cycling Group, Inc. en el teléfono 1-800-783-7257.

Copyright

Copyright 2009. Reservados todos los derechos. No se permite la copia, fotografía, reproducción, traducción, transmisión electrónica o almacenamiento en medios digitales de ninguna parte de esta publicación sin el consentimiento previo por escrito de Saris Cycling Group, Inc.

Marcas registradas

Saris Cycling Group, Inc., CycleOps y el logotipo de PowerTap son marcas comerciales registradas de Saris Cycling Group, Inc. Todos los demás nombres comerciales, de marcas o de productos utilizados en esta guía pueden ser marcas comerciales o marcas registradas de sus propietarios respectivos.

Modificaciones

Saris Cycling Group, Inc. se reserva el derecho a introducir mejoras y/o actualizaciones en los productos descritos en el presente manual en cualquier momento y sin previo aviso.

Vélos de cycling CycleOps Pro Series

Guide de l'utilisateur

400 Pro

300 Pro

200 Pro

100 Pro



CycleOps
POWER



TABLE DES MATIÈRES

CHAPITRES :

1. AVANT DE COMMENCER	1
2. DÉBALLAGE DU VÉLO DE CYCLING CYCLEOPS PRO SERIES	2
3. ASSEMBLAGE DU VÉLO	3
Arrimer les pieds des stabilisateurs	
Arrimer le guidon	
Arrimer la selle	
Mettre à niveau le vélo	
Arrimer les pédales	
4. UTILISATION GENERALE.....	6
Régler la selle	
Régler le guidon	
Régler la résistance	
5. REGLAGES COURANTS	8
Remplacer la pile du capteur de vitesse	
Remplacer la pile du capteur de cadence	
Remplacer les piles du moyeu	
Régler le volant d'inertie/la tension de la chaîne	
Régler le patin du frein	
6. ENTRETIEN PRÉVENTIF.....	10
7. ELECTRONIQUE	11
8. PERTURBATIONS RADIOÉLECTRIQUES	12
9. PRÉCAUTIONS IMPORTANTES.....	12
10. GARANTIE	13

CHAPITRE 1 : AVANT DE COMMENCER

Félicitations ! Vous avez opté pour le vélo de cycling CycleOps Pro Series et nous vous en remercions. Le modèle CycleOps Pro Series ouvre une nouvelle ère dans la pratique du cycling, en offrant des possibilités d'ajustement, des sensations et une conduite comparables à celles des vélos d'extérieur.

Ce guide de l'utilisateur CycleOps Pro Series est rédigé pour les modèles de vélo de cycling suivants :

- 400 Pro
- 300 Pro
- 200 Pro
- 100 Pro

Ce guide détaille les instructions suivantes :

- Assembler le vélo de cycling
- Utiliser le vélo de cycling
- Effectuer les réglages courants

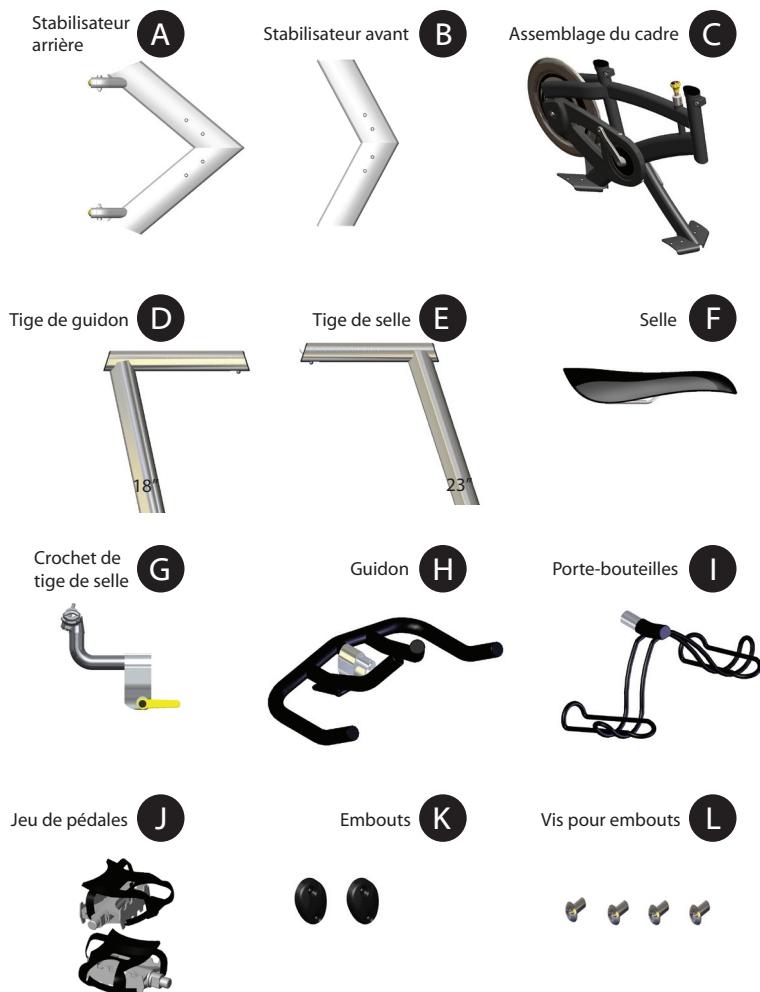
Pour de plus amples informations sur la société Saris Cycling Group et sur les vélos de cycling CycleOps Pro Series, connectez-vous à l'adresse www.cycleops.com :

- Enregistrer le produit pour bénéficier de la garantie
- Consulter la Foire aux Questions
- Visionner des vidéos informatives
- Visionner les dernières informations en date de CycleOps (produits et techniques)
- S'abonner à la lettre d'informations CycleOps Power
- S'informer sur l'entraînement en puissance

CHAPITRE 2 : DÉBALLAGE DU VÉLO DE CYCLING CYCLEOPS PRO SERIES

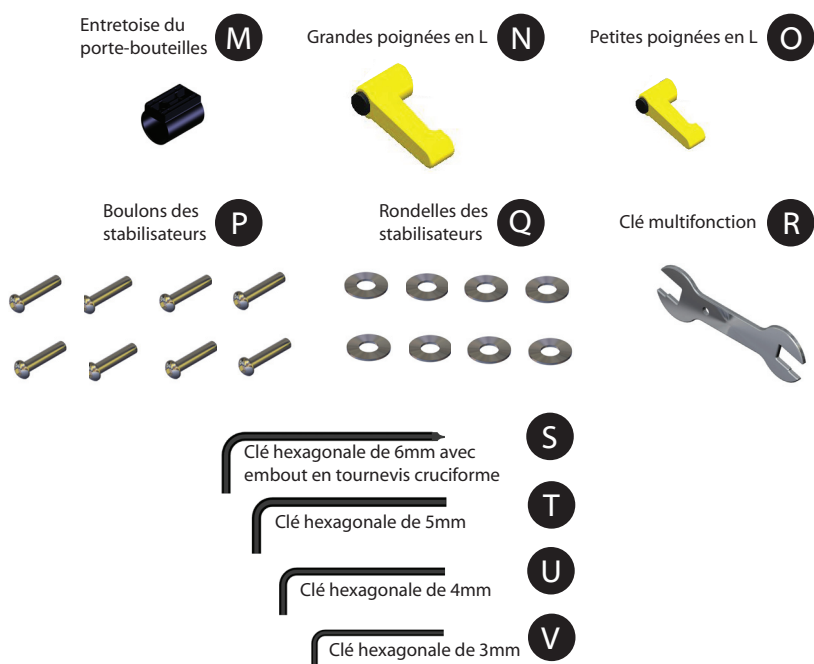
Placez le carton dans le sens de la hauteur et coupez les sangles en plastique. Otez le haut du carton afin de sortir le vélo et son emballage. Otez toutes les parties du carton, y compris les inserts en mousse. Vérifiez la présence de toutes les pièces ci-après :

	Nom	Quantité
A	Stabilisateur arrière	1
B	Stabilisateur avant	1
C	Assemblage du cadre	1
D	Tige de guidon (courte, 18")	1
E	Tige de selle (longue, 23")	1
F	Selle	1
G	Crochet de tige de selle	1
H	Guidon	1
I	Porte-bouteilles	1
J	Jeu de pédales	1
K	Embouts	2
L	Vis pour embouts	4
M	Entretoise du porte-bouteilles	1
N	Grandes poignées en L	2
O	Petites poignées en L	2
P	Boulons des stabilisateurs	8
Q	Rondelles des stabilisateurs	8
R	Clé multifonction	1
S	Clé hexagonale de 6mm avec embout en tournevis cruciforme	1
T	Clé hexagonale de 5mm	1
U	Clé hexagonale de 4mm	1
V	Clé hexagonale de 3mm	1



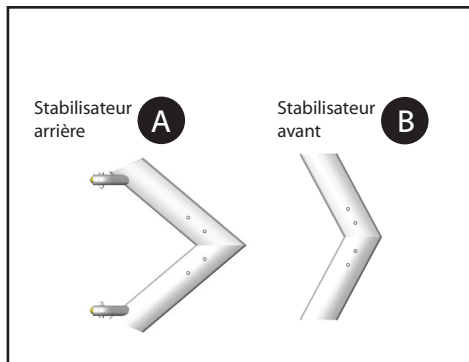
Autres outils utiles :

- Pincers ou petits outils de serrage
- Clé à cône de 17mm
- Clé polygonale de 15mm
- Clé polygonale de 10mm
- Pincers
- Clé à pédale
- Clé hexagonale de 2,5mm

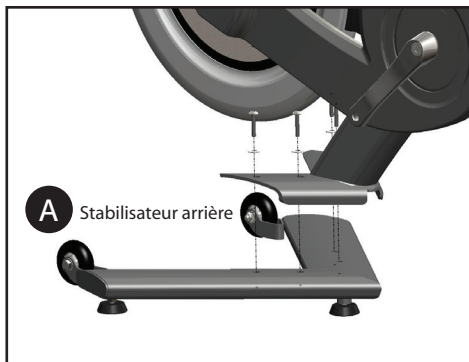


CHAPITRE 3 : ASSEMBLAGE DU VÉLO

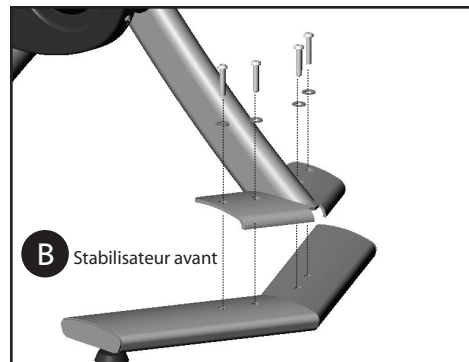
Arrimer les pieds des stabilisateurs



1. Notez la différence entre les stabilisateurs avant et arrière. Le stabilisateur le plus grand et doté de roulettes va à l'arrière, sous le volant d'inertie.

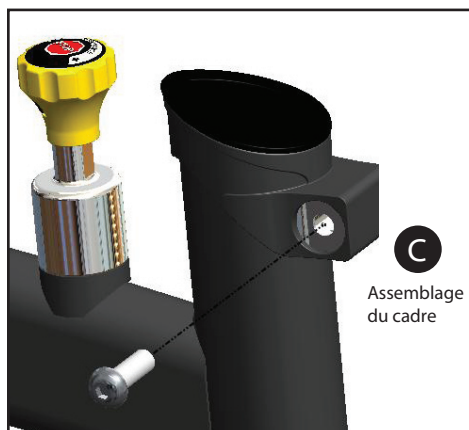


2. Arrimez le stabilisateur arrière à l'arrière du cadre à l'aide de quatre boulons et rondelles de 5mm et en vous aidant de la clé hexagonale de 5mm. Serrez d'abord les boulons internes, puis les boulons externes, de sorte que le pied soit attaché correctement et de manière homogène.

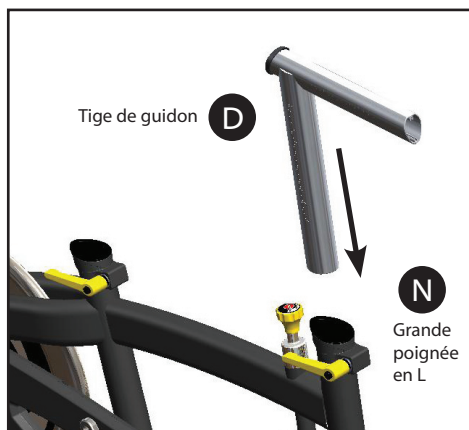


3. Arrimez le stabilisateur avant à l'avant du cadre à l'aide de quatre boulons et rondelles de 5mm et en vous aidant de la clé hexagonale de 5mm. Serrez d'abord les boulons internes, puis les boulons externes, de sorte que le pied soit attaché correctement et de manière homogène.

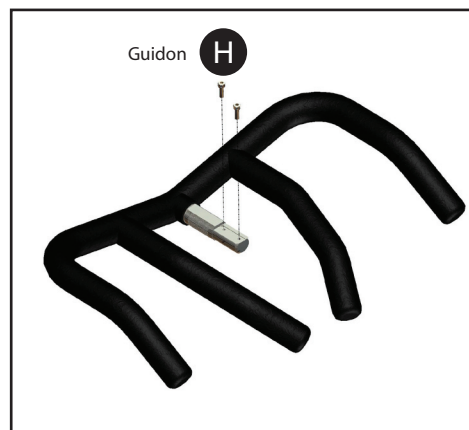
Arrimer le guidon



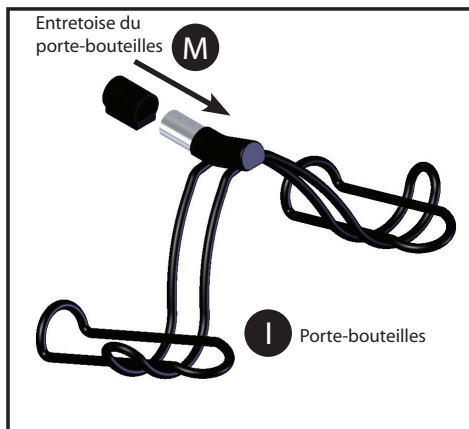
1. Otez le boulon de 6mm de l'assemblage du cadre à l'aide de la clé hexagonale de 6mm. Vous pouvez laisser le boulon de 6mm de la grande poignée en L si vous ne souhaitez pas modifier la hauteur du guidon.



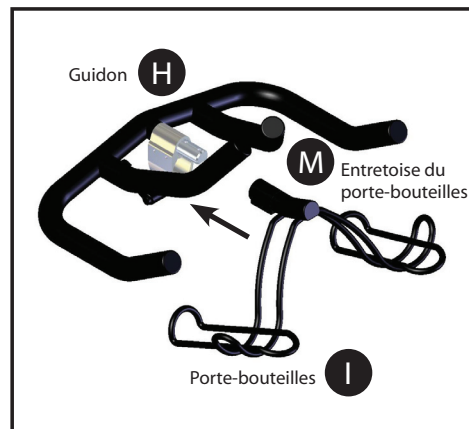
2. Insérez la tige de guidon dans le tube avant et serrez-la en insérant la grande poignée en L dans l'assemblage du cadre, sur le côté droit du vélo (du côté du garde-chaîne).



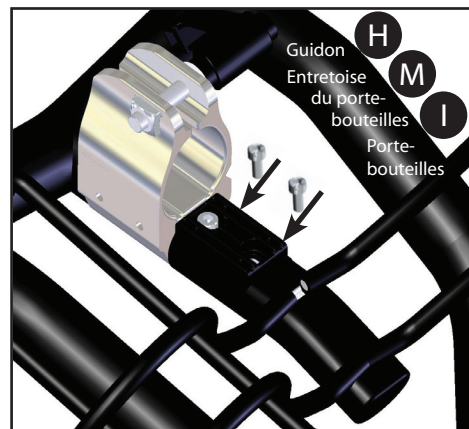
3. Otez les deux boulons et rondelles de l'entretoise du guidon à l'aide de la clé hexagonale de 4mm.



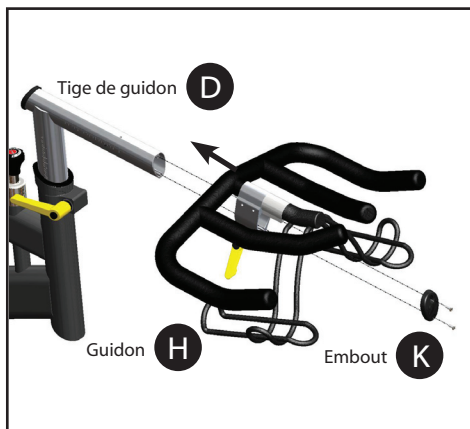
4. Faites glisser l'entretoise du porte-bouteilles sur le tube en D du porte-bouteilles.



5. Faites glisser le porte-bouteilles et son entretoise sur le guidon.



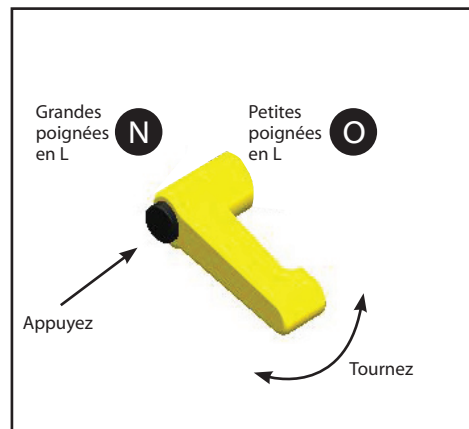
6. Attachez le porte-bouteilles au guidon à l'aide des deux boulons et rondelles de 4mm que vous avez précédemment ôtés, en dessous du guidon.



7. Faites doucement glisser l'assemblage du guidon sur la tige de guidon. A l'aide des deux vis pour embouts, fixez l'embout en plastique sur la tige de guidon en vous aidant du tournevis cruciforme inclus dans la clé hexagonale de 6mm.



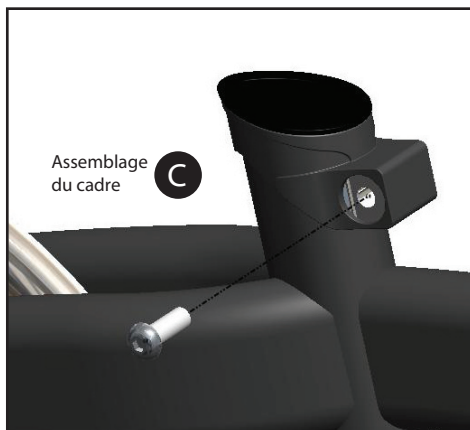
8. Une fois le guidon en place, sécurisez-le à l'aide de la petite poignée en L sur la droite du vélo (du côté du garde-chaîne).



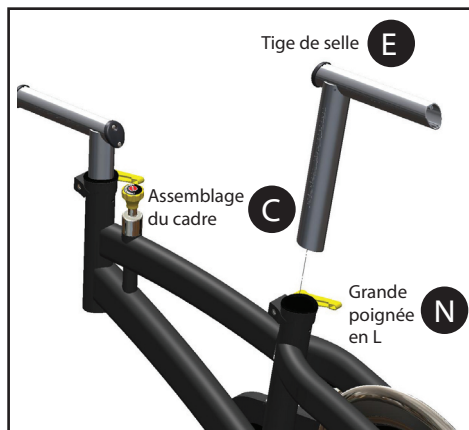
9. Appuyez sur le bouton noir et faites tourner la petite ou la grande poignée en L afin de la positionner sans forcer. Relâchez le bouton et appuyez la poignée contre le boulon interne, puis faites-la tourner pour procéder à l'ajustement (serrage/desserrage).

Arrimer la selle

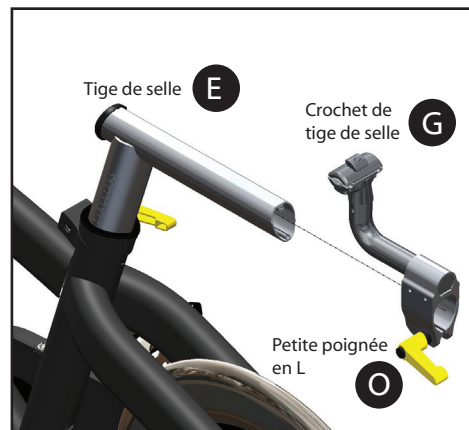
Le vélo de cycling CycleOps Pro Series est vendu avec la selle. Si vous le souhaitez, vous pouvez vous procurer une autre selle à votre convenance. Dans certains cas, les utilisateurs de moins d'1,5m auront besoin d'un crochet de tige de selle plus court. Nous vous invitons à contacter Saris Cycling Group pour vous procurer un crochet adéquat.



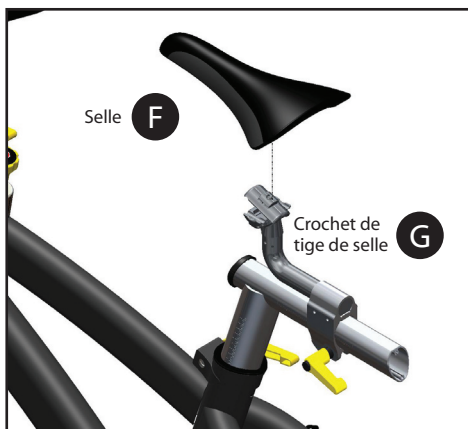
1. Otez le boulon de 6mm de l'assemblage du cadre à l'aide de la clé hexagonale de 6mm. Vous pouvez laisser le boulon de 6mm de la grande poignée en L si vous ne souhaitez pas modifier la hauteur de la tige de selle.



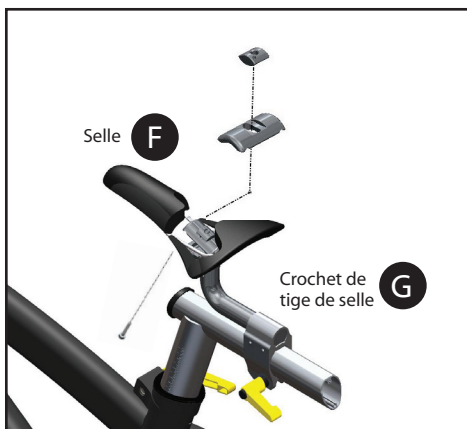
2. Insérez la tige de selle dans le tube de selle et serrez-la en insérant la grande poignée en L dans l'assemblage du cadre, sur le côté droit du vélo (du côté du garde-chaîne).



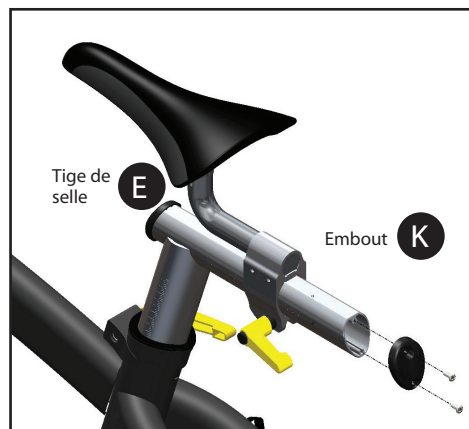
3. Arrimez le crochet de tige de selle à la tige de selle. Une fois la selle réglée à la bonne hauteur, serrez le crochet à l'aide de la petite poignée en L.



4. Arrimez la selle au crochet de tige de selle.



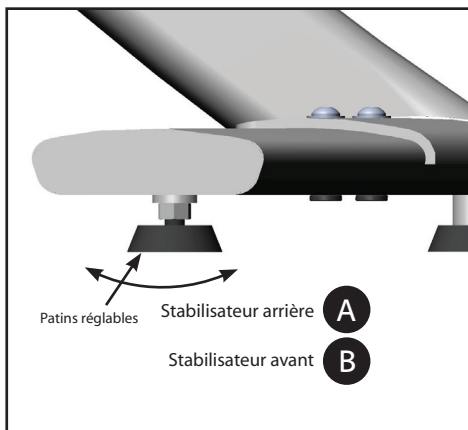
5. Desserrez le boulon de 6mm et placez les rails de selle dans le crochet. Ajustez la position de la selle à l'aide de la clé hexagonale de 6 mm.



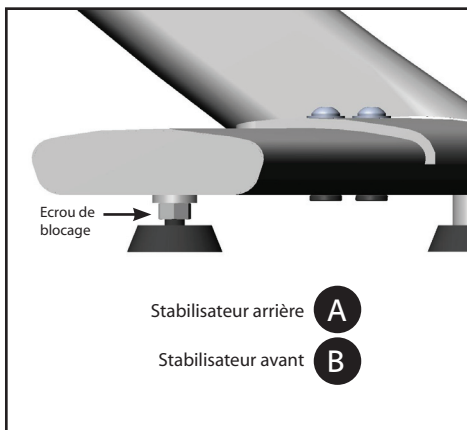
6. A l'aide des deux vis pour embouts, fixez l'embout en plastique sur la tige de selle en vous aidant du tournevis cruciforme inclus dans la clé hexagonale de 6mm.

Mettre à niveau le vélo

Positionnez le vélo à l'endroit où vous allez l'utiliser et mettez-le à niveau en faisant tourner les pieds ajustables situés sous les stabilisateurs. La mise à niveau assure une utilisation stable et silencieuse, tout en réduisant l'usure du cadre. Quand l'ajustement est correct, les pieds du vélo sont bien stables sur le sol.



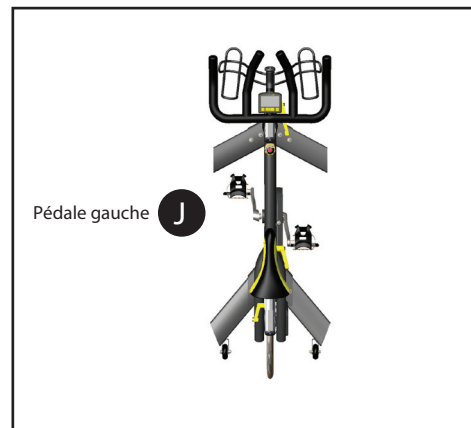
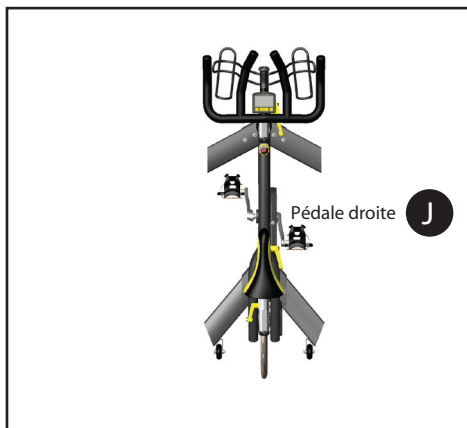
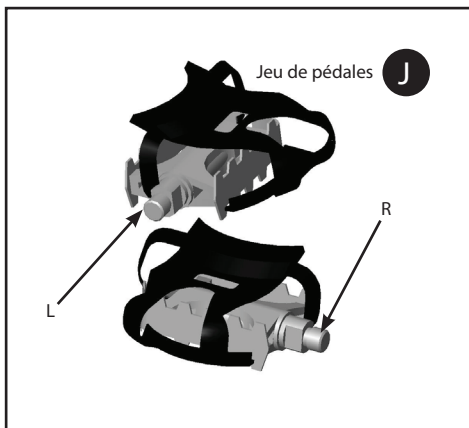
1. Si nécessaire, les quatre patins réglables peuvent être ajustés. Faites tourner les pieds des stabilisateurs dans le sens des aiguilles d'une montre afin d'abaisser le vélo. Faites tourner les pieds des stabilisateurs dans le sens inverse des aiguilles d'une montre afin d'élever le vélo.



2. Sécurisez les patins réglables en serrant les écrous de blocage à l'aide de la clé multifonction, de sorte qu'ils soient parfaitement ajustés sous les stabilisateurs avant et arrière.

Arrimer les pédales

Le vélo de cycling CycleOps Pro Series est vendu avec un jeu de pédales. Si vous le souhaitez, vous pouvez vous procurer un autre jeu standard à votre convenance. Installez les pédales suivant les recommandations du fabricant. Une installation incorrecte peut endommager la manivelle. Les dommages consécutifs à une installation incorrecte des pédales ne sont pas couverts par la garantie.



1. Arrimez les pédales au vélo à l'aide de la clé multifonction fournie ou d'une clé à pédale (non incluse). La pédale droite est marquée d'un R sur son axe, la gauche est marquée d'un L. Cette indication précise le côté du vélo sur lequel installer les pédales. Ce dernier doit être respecté, car la direction du filetage n'est pas la même sur chaque pédale.

2. Localisez la pédale droite, marquée d'un R. Cette dernière doit être placée du côté droit du vélo (soit du côté du garde-chaîne). Tournez l'axe dans le sens des aiguilles d'une montre pour le serrer. Serrez les pédales à 300 po-lb à l'aide de la clé multifonction ou à l'aide d'une clé à pédale.

3. Localisez la pédale gauche, marquée d'un L. Cette dernière doit être placée du côté gauche du vélo (soit du côté inverse du garde-chaîne). Tournez l'axe dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour le serrer, cette pédale étant filetée à l'envers. Serrez les pédales à 300 po-lb à l'aide de la clé multifonction ou à l'aide d'une clé à pédale.

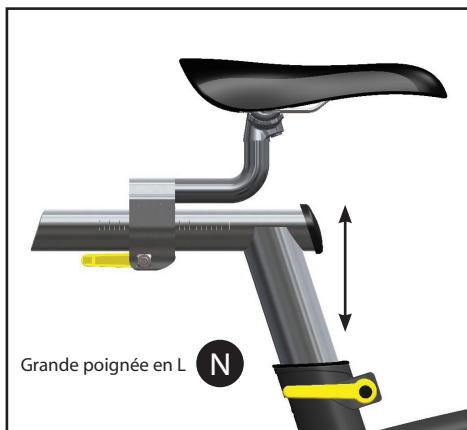
CHAPITRE 4 : UTILISATION GENERALE

Le vélo de cycling CycleOps Pro Series est simple d'utilisation. Ajustez la selle et le guidon afin de modifier votre positionnement. Ajustez la résistance afin de modifier le rythme/la cadence.

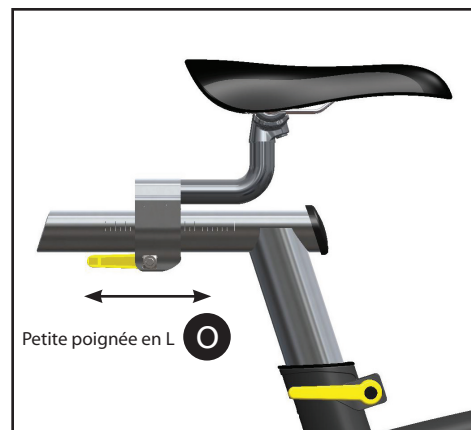
Régler la selle



1. Ajustez la position de la selle pour un entraînement efficace et confortable et afin de réduire le risque de blessure. Arrêtez le volant d'inertie et descendez du vélo avant d'effectuer les réglages.



2. Tournez la grande poignée en L dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour desserrer le mécanisme. Montez ou baissez la tige de selle à la hauteur désirée. Tournez la grande poignée en L dans le sens des aiguilles d'une montre pour resserrer le mécanisme.



3. Tournez la petite poignée en L dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour desserrer le mécanisme. Déplacez le crochet de tige de selle et faites glisser la selle d'avant en arrière jusqu'à la position désirée. Tournez la petite poignée en L dans le sens des aiguilles d'une montre pour resserrer le mécanisme.

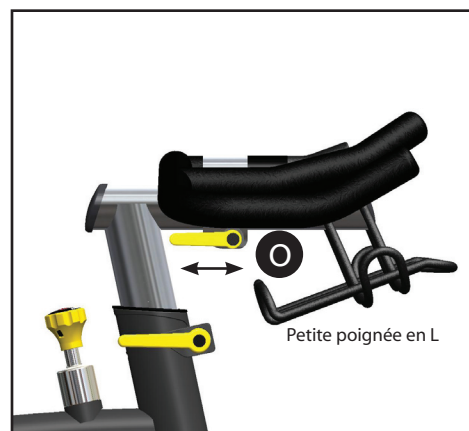
Régler le guidon



1. Ajustez le guidon pour un plus grand confort ou pour reproduire la position de course des vélos d'extérieur. Arrêtez le volant d'inertie et descendez du vélo avant d'effectuer les réglages.



2. Tournez la grande poignée en L dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour desserrer le mécanisme. Montez ou baissez le guidon à la hauteur désirée. Tournez la grande poignée en L dans le sens des aiguilles d'une montre pour resserrer le mécanisme.



3. Tournez la petite poignée en L dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour desserrer le mécanisme. Faites glisser le guidon d'avant en arrière jusqu'à la position désirée. Tournez la petite poignée en L dans le sens des aiguilles d'une montre pour resserrer le mécanisme.

Contrôle de la résistance (100 Pro, 200 Pro et 300 Pro seulement)

Le vélo de cycling CycleOps Pro Series permet un contrôle total de la résistance grâce à une molette de résistance. Quand le niveau de résistance est faible, les pédales tournent à un rythme/une cadence plus rapide. L'effort est moins difficile. Quand le niveau de résistance est élevé, les pédales tournent à un rythme/une cadence plus lente. L'effort est plus difficile.



1. Le contrôle de la résistance des pédales s'effectue à l'aide de la molette de résistance située à l'arrière du guidon, sur le tube supérieur de l'assemblage du cadre.



2. Tournez la molette dans le sens des aiguilles d'une montre (+) pour augmenter la résistance. Tournez la molette dans le sens inverse des aiguilles d'une montre (-) pour diminuer la résistance.



3. En cas d'urgence ou avant de descendre du vélo, appuyez sur la molette de résistance afin de stopper immédiatement le volant d'inertie.

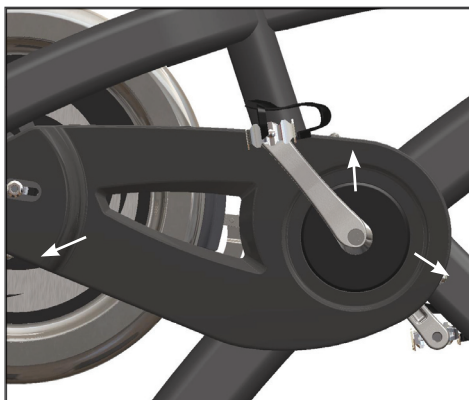
Ajuster la résistance (400 Pro seulement)

La résistance des pédales est automatiquement contrôlée par l'écran du Joule, situé sur le guidon. Veuillez vous référer au guide de l'utilisateur du Joule pour de plus amples informations.

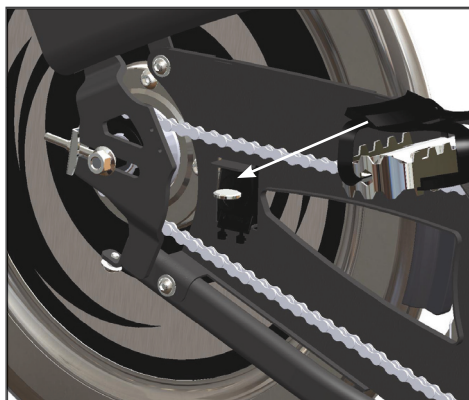
CHAPITRE 5 : RÉGLAGES COURANTS

Remplacer la pile du capteur de vitesse (200 Pro seulement)

La pile au lithium du capteur de vitesse est remplaçable. Consultez la section Entretien préventif pour savoir quand la changer.



1. A l'aide de la clé hexagonale de 4mm, ôtez les trois boulons du garde-chaîne, puis le garde-chaîne.



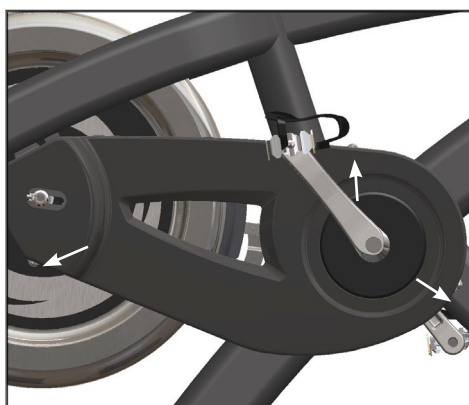
2. Localisez le capteur de vitesse près du moyeu.



3. Remplacez la pile (compatible CR2032).



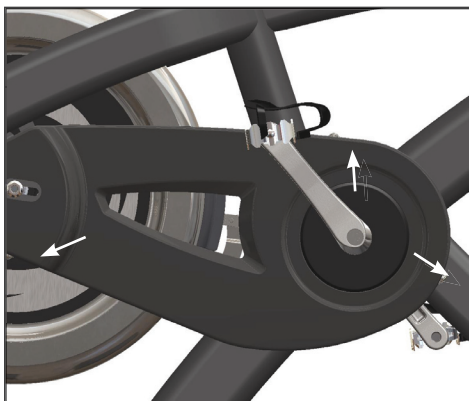
4. En vous aidant de la pile de remplacement, ôtez le cache à l'arrière du capteur en faisant un demi-tour environ dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.



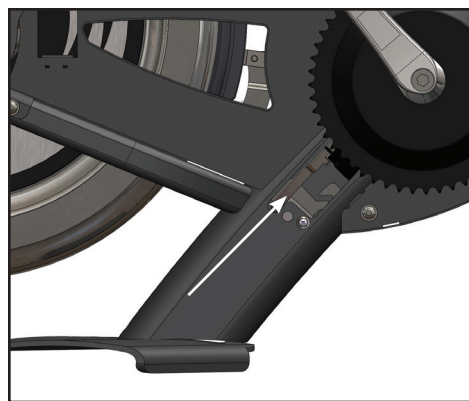
5. A l'aide de la clé hexagonale de 4mm et des trois boulons du garde-chaîne, arrimez de nouveau le garde-chaîne.

Remplacer la pile du capteur de cadence (200 Pro seulement)

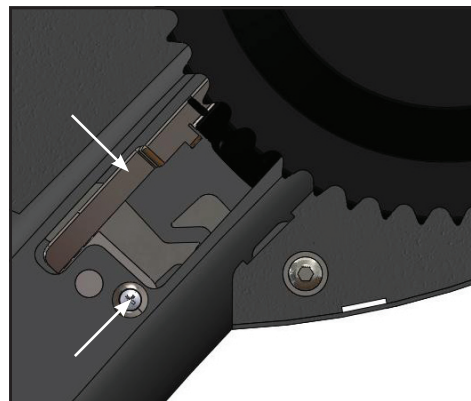
La pile au lithium du capteur de cadence est remplaçable. Consultez la section Entretien préventif pour savoir quand la changer.



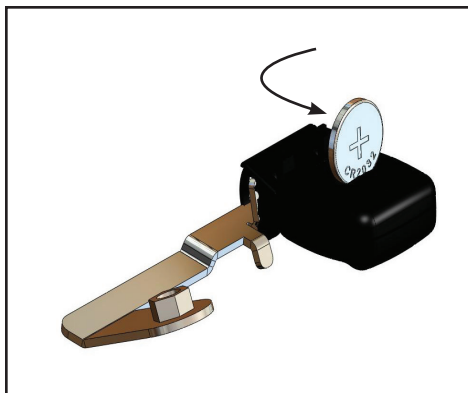
1. A l'aide de la clé hexagonale de 4mm, ôtez les trois boulons du garde-chaîne, puis le garde-chaîne.



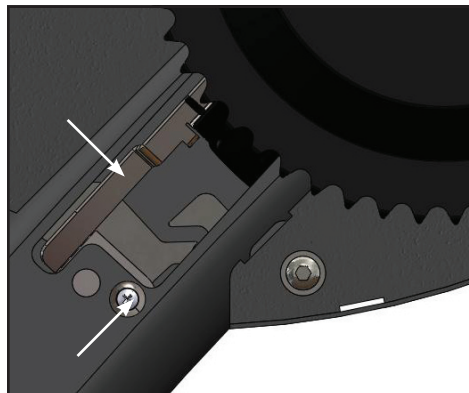
2. Localisez le capteur de cadence, à l'intérieur du cadre.



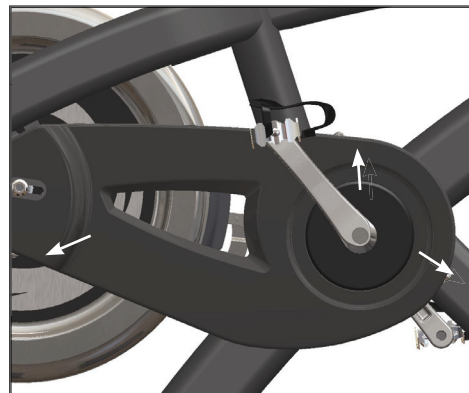
3. A l'aide d'une clé hexagonale de 4mm, ôtez le boulon arrimant le capteur de cadence (tout en maintenant le bras de ce dernier pour ne pas le laisser tomber dans le cadre). Sortez le capteur de cadence du cadre en le faisant glisser.



4. En vous aidant de la pile de remplacement (compatible CR2032), ôtez le cache à l'arrière du capteur de cadence en faisant un demi-tour environ dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Remplacez la pile.



5. Sécurisez le capteur de cadence sur le cadre à l'aide du boulon que vous avez précédemment enlevé et de la clé hexagonale de 4mm. Maintenez le bras du capteur de cadence tout en remplaçant le boulon.

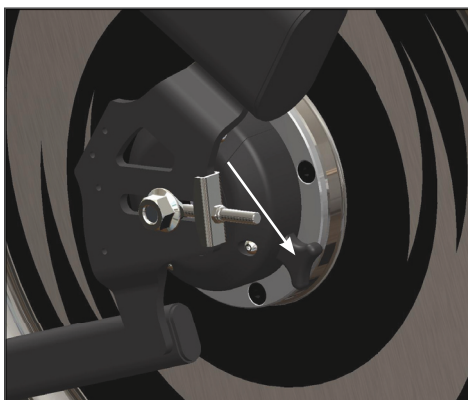


6. A l'aide de la clé hexagonale de 4mm et des trois boulons du garde-chaîne, arrimez de nouveau le garde-chaîne.

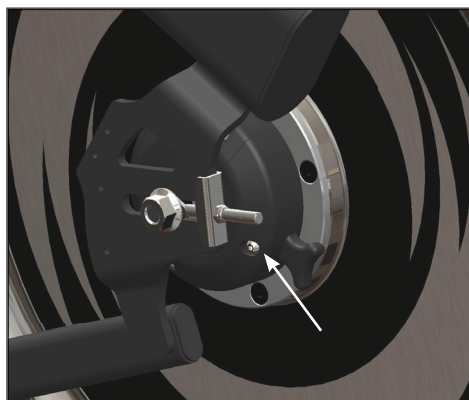
REMARQUE : Une fois les piles remplacées, vous devez enregistrer de nouveau l'ID du capteur dans le Joule. Veuillez vous référer au guide de l'utilisateur du Joule, disponible sur le site www.cycleops.com.

Remplacer les piles du moyeu (400 Pro/300 Pro seulement)

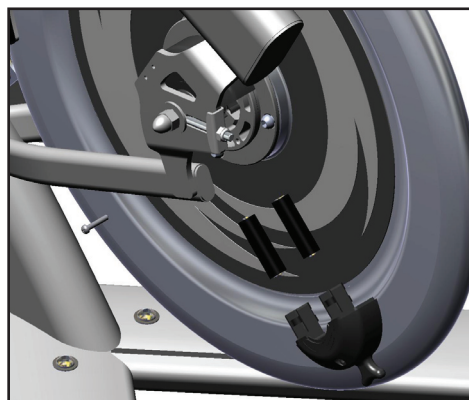
Les piles alimentant les éléments électroniques du moyeu sont remplaçables. Consultez la section Entretien préventif pour savoir quand les changer. Le vélo de cycling CycleOps Pro Series fonctionne avec deux piles AA. Le cache des piles est fendu pour un accès facile.



1. Faites tourner le volant d'inertie pour accéder au boulon situé sur le côté de la poignée du cache des piles.



2. A l'aide de la clé hexagonale de 2.5mm, ôtez le boulon du cache des piles. Retirez le cache des piles du moyeu en vous aidant de la poignée moulée.



3. Remplacez les piles en respectant la polarité, puis replacez le cache et resserrez le boulon.

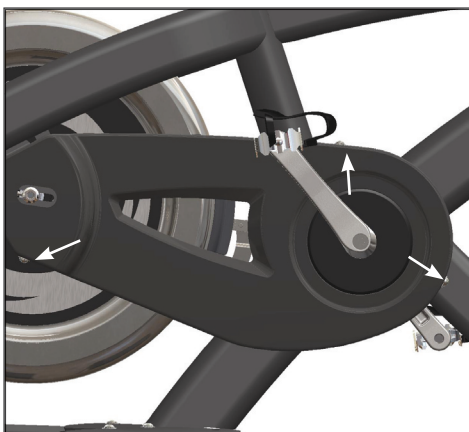
Régler le volant d'inertie/la tension de la chaîne

Avec le temps et dans le cas d'une utilisation régulière, la chaîne du vélo CycleOps Pro Series s'étire. L'ajustement de la tension/de l'alignement est une tâche difficile, un réglage incorrect pouvant conduire à l'usure prématurée de la chaîne et des pignons. C'est pourquoi nous vous recommandons de faire appel à un revendeur agréé de vélo de cycling. La tension de la chaîne est correcte s'il y a peu de jeu, voire pas du tout, lorsque les pédales tournent.

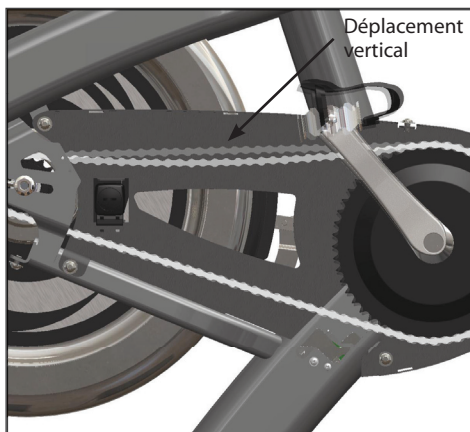
REMARQUE : Veillez à régler la chaîne en effectuant de petits ajustements sur le mécanisme de tension des deux côtés du volant d'inertie. Si vous n'ajustez qu'un côté du volant d'inertie, l'alignement incorrect peut provoquer l'usure de la transmission et/ou causer l'apparition d'un bruit.

ATTENTION ! L'ajustement incorrect de la chaîne cause une usure prématurée et peut annuler la garantie.

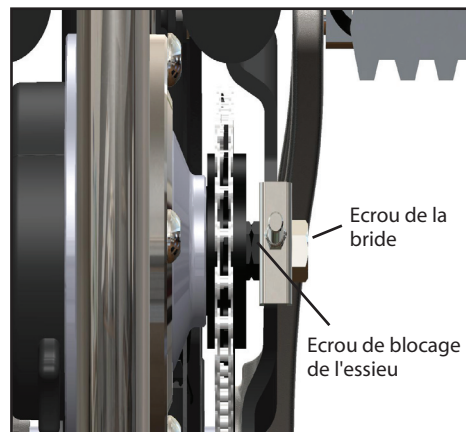
ATTENTION ! Ne placez JAMAIS les mains dans la transmission ou à proximité de celle-ci quand le mécanisme est en mouvement !



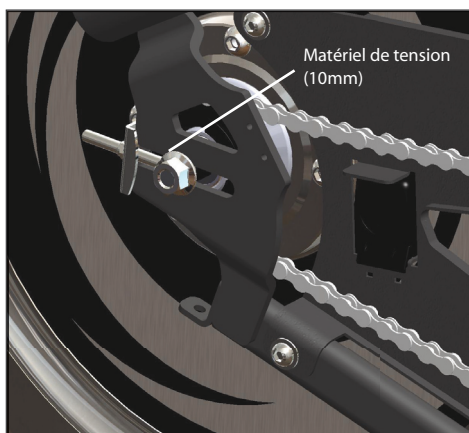
1. A l'aide de la clé hexagonale de 4mm, ôtez les trois boulons du garde-chaîne.



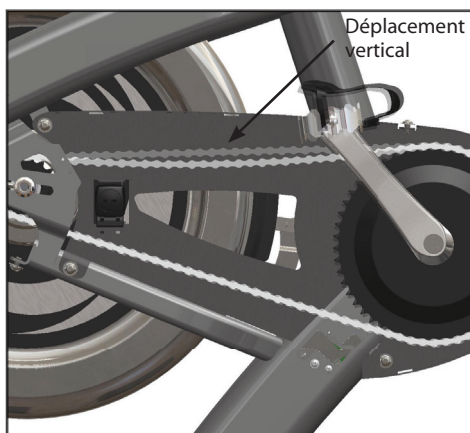
2. Tirez la chaîne vers le bas (à mis chemin entre le plateau et les dents) afin de mesurer le déplacement vertical. Le déplacement vertical doit être d'approximativement 0,5cm. Vous devez ajuster le déplacement vertical si ce dernier est significativement inférieur ou supérieur à 0,5cm.



3. A l'aide d'une clé à cône de 17mm, maintenez les écrous de blocage de l'essieu. Ne tournez pas la clé, qui ne doit servir que de stabilisateur. De l'autre main et à l'aide d'une clé polygonale de 15 mm, desserrez les écrous de la bride de l'essieu. Procédez de manière identique des deux côtés du volant d'inertie.



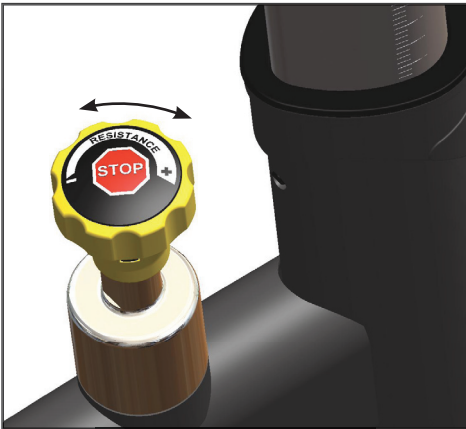
4. A l'aide d'une clé polygonale de 10mm, ajustez le matériel de serrage jusqu'à obtention d'une tension correcte des deux côtés.



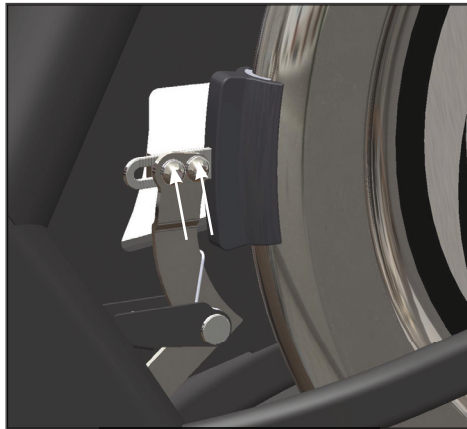
5. Tirez la chaîne vers le bas (à mis chemin entre le plateau et les dents) afin de mesurer le déplacement vertical. Le déplacement vertical doit être d'approximativement 0,5cm quand la chaîne est correctement ajustée. Serrez les écrous de la bride à environ 75 po-lb. Ne forcez pas.

Ajuster le patin de frein (100 Pro, 200 Pro, 300 Pro seulement)

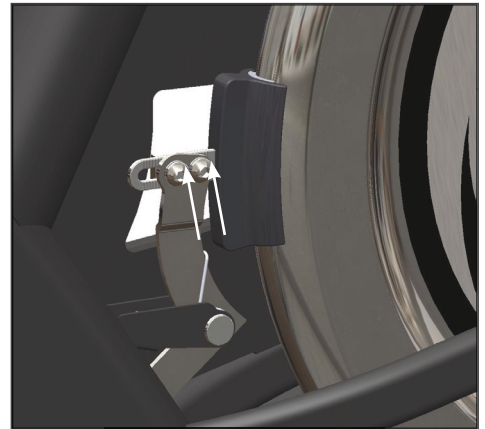
Le mécanisme du frein a été ajusté en usine. Toutefois, vous aurez peut-être à l'ajuster de nouveau du fait de l'étirement de la chaîne et de l'usure du patin de frein. Pour remplacer/ajuster le patin de frein, veuillez suivre la procédure ci-après :



1. Diminuez la résistance en desserrant complètement la molette (dans le sens inverse des aiguilles d'une montre). Effectuez un tour à 180 degré dans le sens des aiguilles d'une montre (soit 1/2 tour).



2. Desserrez les boulons à l'aide de la clé hexagonale de 5mm. Alignez le patin de frein en le faisant glisser vers le volant d'inertie. Le patin doit toucher le volant d'inertie. Alignez la courbure du patin de frein avec la courbure du volant d'inertie.



3. Serrez les boulons à 50 po-lb. Si le réglage est correct, le vélo de cycling CycleOps Pro Series doit enregistrer environ 30 watts à 90 tours par minute à son plus bas niveau de résistance (mesure validée sur le modèle 300 Pro seulement).

Ajuster le patin de frein (400 Pro seulement)

Le mécanisme du frein a été ajusté en usine. Le patin de frein a été réglé suivant une procédure électronique. N'ajustez pas le patin de frein manuellement. Branchez le vélo pendant 60 secondes, puis débranchez-le. Cette procédure permet de réinitialiser la position du patin de frein (à la résistance la plus faible).

CHAPITRE 6 : ENTRETIEN PRÉVENTIF

L'entretien préventif est la clé du bon fonctionnement de votre vélo de cycling CycleOps Pro Series. Afin d'augmenter sa durée de vie, veuillez suivre les procédures recommandées.

TOUS LES JOURS

Après chaque utilisation :

- Desserrez la molette de résistance.
- Essuyez le guidon.
- Essuyez la selle et la tige de selle.
- Essuyez le volant d'inertie.
- Essuyez le cadre.
- Essuyez le garde-chaîne.
- Essuyez la molette de résistance.
- Essuyez la tige de guidon.
- Essuyez les stabilisateurs.

REMARQUE : N'utilisez jamais de liquides de nettoyage abrasifs ni de solvants à base de pétrole pour l'entretien de votre vélo. Nous vous recommandons un produit pour vélo standard à utiliser sur les parties peintes.

TOUTES LES SEMAINES

Outre l'entretien quotidien, suivez les procédures ci-après toutes les semaines :

- Inspectez et ajustez le patin de frein.
- Resserrez les pédales et tous le matériel d'attache des cale-pied et des sangles (le cas échéant). Resserrez les pédales à 300 po-lb.
- Inspectez l'assemblage du crochet du guidon. Resserrez le boulon si nécessaire.
- Inspectez le crochet de la tige de selle et l'assemblage du crochet. Resserrez le boulon si nécessaire.
- Inspectez les pieds des stabilisateurs. Resserrez-les si nécessaire.
- Inspectez le volant d'inertie. Vérifiez son alignement. Serrez les écrous de la bride à environ 75 po-lb.

TOUS LES MOIS

Outre l'entretien quotidien et hebdomadaire, suivez les procédures ci-après tous les mois :

- Otez la tige du guidon et la tige de selle, puis nettoyez les deux tubes et l'intérieur des manchons en plastique. Recherchez la présence de défauts éventuels. Procédez au remplacement en cas de glissement vertical.
- Nettoyez l'intérieur des pieds des stabilisateurs.
- Nettoyez le volant d'inertie avec un détergent doux ou un chiffon humide.
- Contrôlez la tension de la chaîne afin de vérifier que cette dernière est correctement ajustée.
- Recherchez tout signe d'usure sur le patin de frein. Remplacez ce dernier si l'épaisseur du feutre est inférieure à 2mm sur la partie exposée.

DEUX FOIS PAR AN

Outre l'entretien quotidien, hebdomadaire et mensuel, suivez les procédures ci-après tous les six mois :

- Lubrifiez la chaîne à l'aide du kit de lubrification situé à l'arrière du garde-chaîne. Vaporisez un lubrifiant à base de Téflon sur la chaîne. Veillez à en lubrifier chaque partie. N'appliquez pas trop de lubrifiant, afin que le surplus ne coule pas sur le sol ou les tapis.

UNE FOIS PAR AN

Outre l'entretien quotidien, hebdomadaire et mensuel et bisannuel, suivez les procédures ci-après une fois par an :

- Appliquez une fine couche de graisse au lithium sur les tiges des boulons des stabilisateurs, des pieds des stabilisateurs et des pédales. Les pièces éviteront ainsi de se gripper avec le temps.
- Remplacez les piles du moyeu ou du capteur.

CHAPITRE 7 : ELECTRONIQUE

Le vélo de CycleOps Pro Series (200 Pro, 300 Pro et 400 Pro) est équipé d'un affichage Joule. Veuillez vous connecter à l'adresse www.cycleops.com pour de plus amples informations. Quelques informations concernant le vélo de cycling CycleOps Pro Series :

-Installation du support du Joule et du Joule

-Ajustement de la résistance contrôlée

Spécifications techniques :

Limite de poids : 136 kg environ

Hauteur standard comprise entre 1,65 m et 2 m environ

Facteur Q (largeur entre les deux extrémités des manivelles) : 168mm

Longueur des manivelles : 170mm

Précision du PowerTap : +/-1,5% (400 Pro/300 Pro seulement)

Transmission du signal : ANT+

Température de fonctionnement : 0 à 40 degrés Celsius ou 32 à 104 Fahrenheit

Durée de vie des piles (moyeu) : 1000 heures environ

Durée de vie des piles (Joule) : 20 heures environ

Type de pile (moyeu) : deux piles AA de 1,5 volt

Type de pile (Joule) : rechargeable

Couple de serrage du boulon du moyeu libre : 300 po-lb.

CHAPITRE 8 : PERTURBATIONS RADIOÉLECTRIQUES

Les perturbations radioélectriques avec d'autres appareils peuvent causer une perte d'informations par intermittence. Les points d'accès à Internet, fours à micro-ondes, téléphones sans fil ou autres dispositifs sans fil peuvent causer des interférences. Pour limiter le risque d'interférences, réglez les points d'accès sans fil sur le canal le plus bas possible et placez votre vélo loin des dispositifs causant des interférences. Pour modifier le canal d'un point d'accès, veuillez consulter la documentation du fabricant.

CycleOps utilise la technologie ANT+ afin de garantir une connexion stable et fiable entre les divers capteurs de nos produits. Par capteurs, nous entendons les capteurs de puissance, les capteurs de la sangle de mesure de la fréquence cardiaque, les capteurs de cadence, les capteurs de vitesse et les capteurs de résistance contrôlée.

Déclaration de conformité FCC et Industrie Canada :

Cet appareil est conforme à la partie 15 des dispositions FCC. Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes :

(1) Cet appareil ne peut occasionner des interférences nuisibles, et (2) cet appareil doit accepter toute interférence reçue, y compris celles pouvant entraîner un fonctionnement non souhaité.

Le sigle IC situé avant le numéro de certification radio signifie uniquement que les spécifications techniques d'Industrie Canada ont été respectées.

Toute modification non expressément approuvée par la partie responsable de la conformité aux réglementations FCC (le fabricant) pourrait annuler l'autorisation accordée à l'utilisateur d'utiliser cet équipement.

Cet équipement a été testé et déclaré conforme aux limites applicables à un appareil numérique de classe B en vertu des dispositions de la partie 15 de la FCC. Ces limites sont conçues pour assurer une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans des conditions d'utilisation résidentielle. Cet équipement génère, utilise et peut émettre une énergie radiofréquence et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément au mode d'emploi, peut provoquer des interférences nuisibles aux communications radio. Toutefois, rien ne peut garantir qu'aucune interférence ne se produira dans des conditions particulières.

Si cet équipement cause des interférences radioélectriques nuisibles à la réception des postes de radio et de télévision, ce qui peut être déterminé en éteignant puis en rallumant l'appareil, nous vous invitons à prendre une ou plusieurs mesures ci-après afin de corriger le problème :

- Réorienter ou repositionner l'antenne de réception.
- Eloigner l'équipement et le récepteur.
- Connecter l'appareil à un autre circuit situé dans un endroit différent de celui où est connecté le transmetteur.
- Au besoin, demandez l'aide du revendeur ou d'un technicien radio/TV expérimenté.

CHAPITRE 9 : PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

Il est de la responsabilité du propriétaire de l'appareil d'informer tous les utilisateurs du vélo de cycling CycleOps Pro Series des précautions à prendre. Pour toute question concernant ce guide, veuillez contacter le service après-vente au numéro situé au dos du guide.

AVERTISSEMENTS : Consultez toujours un médecin avant de commencer ou de modifier votre programme d'exercice.

- Arrêtez votre entraînement si vous ressentez la moindre douleur, comme par exemple des douleurs à la poitrine, des nausées, des vertiges ou si vous êtes essoufflé. Consultez un médecin avant de continuer.
- Portez toujours des chaussures adéquates.
- Ne sautez pas sur le vélo.
- N'approchez pas le cordon électrique des surfaces chauffées (400 Pro seulement).
- Débranchez le vélo avant de le déplacer ou de le nettoyer (400 Pro seulement). Essayez les surfaces du vélo uniquement avec du savon et un chiffon humide. N'utilisez jamais de solvant (voir la section Entretien préventif).
- Ne montez pas à plusieurs sur le vélo en fonctionnement.
- Ce vélo de cycling ne doit pas être utilisé par les personnes dont le poids est supérieur à 136 kg. Le non respect de cette mise en garde annule la garantie.
- N'utilisez pas votre vélo dans un lieu dont la température n'est pas contrôlée, comme par exemple les garages, porches, salles de billard, salles de bain, abris auto ou en extérieur. Le non respect de cette mise en garde peut annuler la garantie.
- Utilisez votre vélo uniquement comme décrit dans ce guide.

CHAPITRE 10 : GARANTIE

Garantie du fabricant (dans des conditions normales d'utilisation)

Cadre : A vie (modèle Particuliers) ; 15 ans (modèle Commercial)

Assemblage du cadre

Stabilisateurs

Pièces : Trois ans

Exclut les pièces d'usure :

Patins de frein

Chaîne

Cliquets

Pédales

Manchon de la tige de selle

Manchon du guidon

Electronique : Un an

Dans l'éventualité d'un problème couvert par la garantie, Saris Cycling Group, Inc. répare ou remplace l'article à sa discrétion. Saris Cycling Group, Inc. n'est pas responsable de tout coût ou dommage indirect associé à la garantie du produit. Nos produits ne sont pas couverts par la garantie en cas de signes évidents d'une utilisation erronée, d'une installation ou d'un entretien inappropriés, d'un effondrement, d'une utilisation du produit avec des composants non compatibles ou à des fins non prévues. La garantie est nulle si la forme d'origine du produit a été modifiée (changement de l'esthétique, des numéros de séries et des logos compris).

Procédures de garantie : S'il vous semble qu'un composant du vélo de cycling CycleOps Pro Series ne fonctionne pas correctement, veuillez inspecter le système de tenter de remédier au problème. Dans bien des cas, il suffit de remplacer une pile ou d'ajuster un capteur. Les petites pièces peuvent être réparées dans un magasin de bicyclettes, évitant ainsi le renvoi de l'unité pour réparation, pour un prix plus élevé et un délai plus long. Afin que la garantie du vélo de cycling CycleOps Pro Series soit prise en compte, renvoyez le produit où vous l'avez acheté ou contactez Saris Cycling Group, Inc. au numéro 1-800-783-7257.

Copyright

Copyright 2009. Tous droits réservés. Aucune partie de cette publication ne peut être copiée, photographiée, reproduite, traduite, transmise électroniquement ou placée sur un support numérique sans l'accord préalable écrit de Saris Cycling Group, Inc.

Marques commerciales

Saris Cycling Group, Inc, PowerTap et le logo PowerTap sont des marques commerciales déposées de Saris Cycling Group, Inc.

Tous les autres produits, marques ou appellations commerciales utilisés dans ce manuel peuvent être des marques commerciales ou des marques déposées de leurs propriétaires respectifs.

Modifications

Saris Cycling Group, Inc se réserve le droit de procéder à des améliorations et/ou à des mises à jour des produits décrits ci-dessous, à tout moment et sans préavis.

CycleOps Pro Serie Heimtrainer

Benutzerhandbuch

400 Pro

300 Pro

200 Pro

100 Pro



CycleOps
POWER



INHALTSVERZEICHNIS

KAPITEL:

1. BEVOR SIE ANFANGEN	1
2. AUSPACKEN DES CYCLEOPS PRO SERIE HEIMTRAINERS	2
3. MONTAGE DES HEIMTRAINERS	3
StabilisierungsfüÙe anbringen	
Lenker anbringen	
Sattel anbringen	
Heimtrainer ausrichten	
Pedale anbringen	
4. ALLGEMEINER GEBRAUCH	6
Sattel einstellen	
Lenker einstellen	
Widerstand einstellen	
5. ALLGEMEINE EINSTELLUNGEN	8
Batterie des Geschwindigkeitssensors austauschen	
Batterie des Trittfrequenzsensors austauschen	
Nabenbatterien austauschen	
Schwungrad/Kettenspannung einstellen	
Bremsklotz einstellen	
6. VORBEUGENDE WARTUNGSARBEITEN	10
7. ELEKTRONIK	11
8. HOCHFREQUENZSTÖRUNG	12
9. WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN	12
10. GARANTIE	13

KAPITEL 1: BEVOR SIE ANFANGEN

Wir beglückwünschen Sie zur Wahl des CycleOps Pro Serie Heimtrainers! Der CycleOps Pro Serie Heimtrainer stellt die Weiterentwicklung des Radfahrens dar, da er der einzige Heimtrainer ist, der sich wie ein Straßenrad verhält, anfühlt und fährt.

CycleOps Pro Serie Heimtrainer - Benutzerhandbuch für:

- 400 Pro
- 300 Pro
- 200 Pro
- 100 Pro

Lesen Sie dieses Handbuch, um zu erfahren, wie Sie:

- den Heimtrainer montieren
- den Heimtrainer verwenden
- allgemeine Einstellungen vornehmen

Besuchen Sie www.cycleops.com, um mehr über die Saris Cycling Group und den CycleOps Pro Serie Heimtrainer zu erfahren:

- Produkt für die Garantie registrieren
- Häufig gestellte Fragen anzeigen
- Anleitungsvideos ansehen
- Produkt- und technische Aktualisierungen von CycleOps anzeigen
- Für den CycleOps Newsletter anmelden
- Mehr über Leistungstraining erfahren

KAPITEL 2: AUSPACKEN DES CYCLEOPS PRO SERIE HEIMTRAINERS

Stellen Sie das Paket aufrecht und schneiden Sie die Plastikbänder durch. Heben Sie das Paket an, um Heimtrainer und Verpackung freizulegen. Entfernen Sie alle Teile vom Paket, einschließlich der Schaumstoffpolster. Überprüfen Sie, ob folgende Teile beiliegen:

	Name	Anzahl
A	Hinterer Stabilisator	1
B	Vorderer Stabilisator	1
C	Haupttrahmen	1
D	Lenkerstützrohr (kürzer, 45,72 cm)	1
E	Sattelstütze (länger, 58,42 cm)	1
F	Sattel	1
G	Sattelstützenklemme	1
H	Lenker	1
I	Wasserflaschenhalter	1
J	Pedalsatz	1
K	Endkappen	2
L	Endkappenschrauben	4
M	Wasserflaschenabstandshalter	1
N	Große L-Griffe	2
O	Kleine L-Griffe	2
P	Stabilisierungsschrauben	8
Q	Stabilisierungsbeilagscheiben	8
R	Mehrzweckschlüssel	1
S	6-mm-Inbusschlüssel mit Kreuzschlitzschraubendreher	1
T	5-mm-Inbusschlüssel	1
U	4-mm-Inbusschlüssel	1
V	3-mm-Inbusschlüssel	1

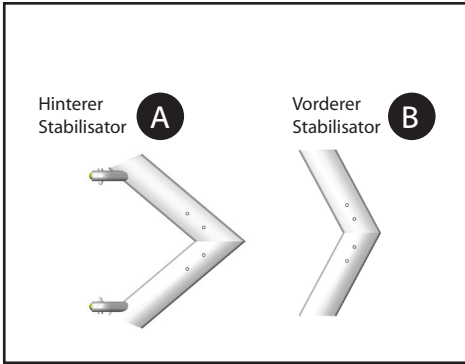


Zusätzliches Werkzeug, das Ihnen hilfreich sein könnte:

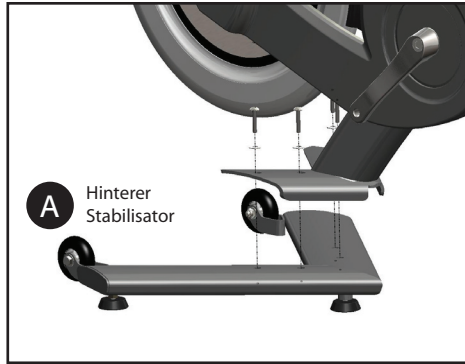
- Gripzange oder kleines Klemmwerkzeug
- 17-mm-Konusschlüssel
- 15-mm-Ringschlüssel
- 10-mm-Ringschlüssel
- Beißzange
- Pedalschlüssel
- 2,5-mm-Inbusschlüssel

KAPITEL 3: MONTAGE DES HEIMTRAINERS

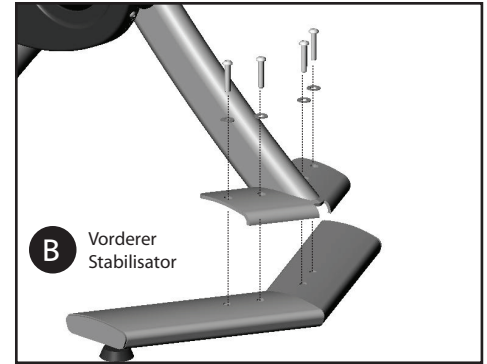
Stabilisierungsfüße anbringen



1. Achten Sie auf den Unterschied zwischen dem vorderen und hinteren Stabilisator. Der größere Stabilisator mit Rädern gehört an das hintere Ende des Heimtrainers (unter das Schwungrad).

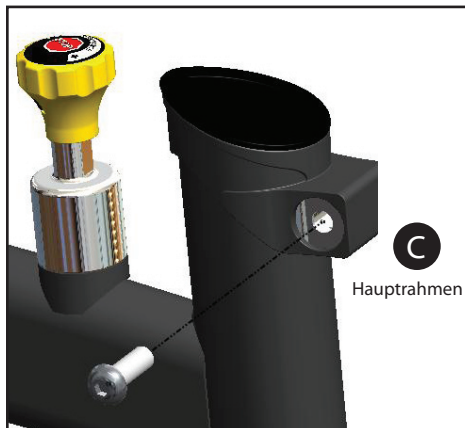


2. Montieren Sie den hinteren Stabilisator mithilfe des 5-mm-Inbusschlüssels und den vier 5-mm-Stabilisierungsschrauben und Stabilisierungsbeilagscheiben hinten am Haupttrahmen. Ziehen Sie die inneren Schrauben zuerst fest und fahren Sie dann mit den äußeren Schrauben fort, damit der Fuß richtig und gleichmäßig befestigt ist.

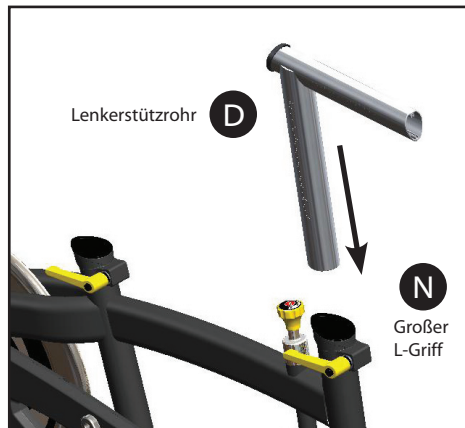


3. Montieren Sie den vorderen Stabilisator mithilfe des 5-mm-Inbusschlüssels und den vier 5-mm-Stabilisierungsschrauben und Stabilisierungsbeilagscheiben vorne am Haupttrahmen. Ziehen Sie die inneren Schrauben zuerst fest und fahren Sie dann mit den äußeren Schrauben fort, damit der Fuß richtig und gleichmäßig befestigt ist.

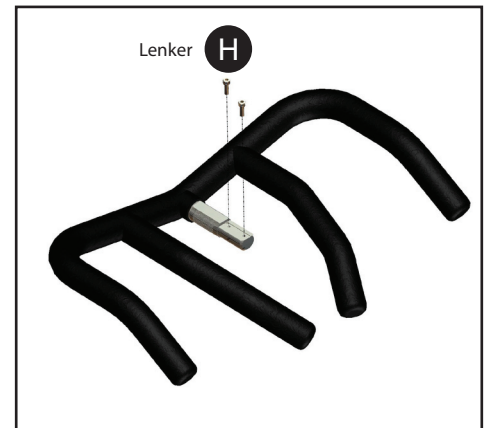
Lenker anbringen



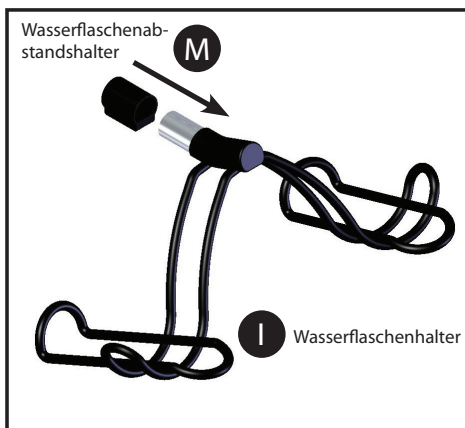
1. Entfernen Sie mithilfe des 6-mm-Inbusschlüssels die 6-mm-Schraube im Haupttrahmen. Die 6-mm-Schraube kann im großen L-Griff verbleiben, um eine dauerhaftere Einstellung der Lenkerhöhe zu erreichen.



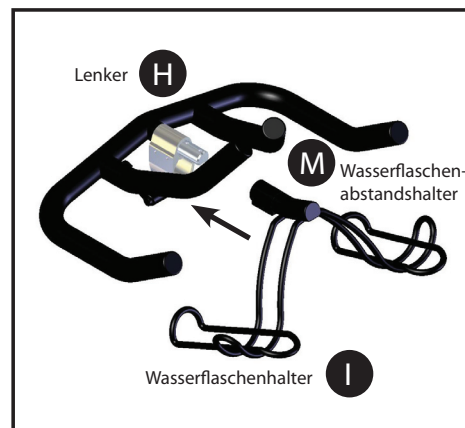
2. Stecken Sie das Lenkerstützrohr in das Steuerrohr und befestigen Sie es, indem Sie den großen L-Griff in den Haupttrahmen auf der rechten Seite des Heimtrainers (Kettenschutzseite) stecken.



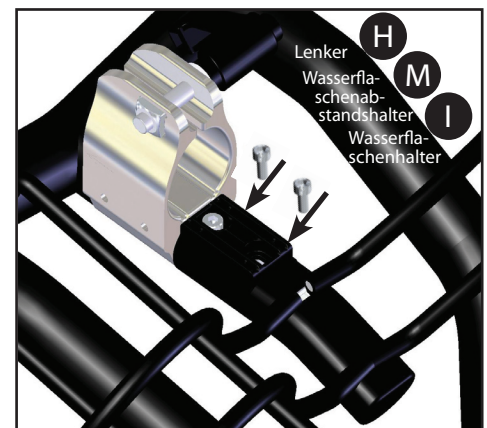
3. Entfernen Sie mithilfe des 4-mm-Inbusschlüssels die zwei Distanzschrauben und -beilagscheiben vom Lenker.



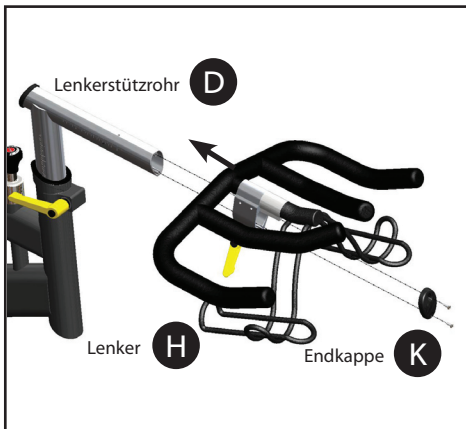
4. Schieben Sie den Wasserflaschenabstandshalter auf das D-förmige Rohr des Wasserflaschenhalters.



5. Schieben Sie den Wasserflaschenhalter und Wasserflaschenabstandshalter auf den Lenker.



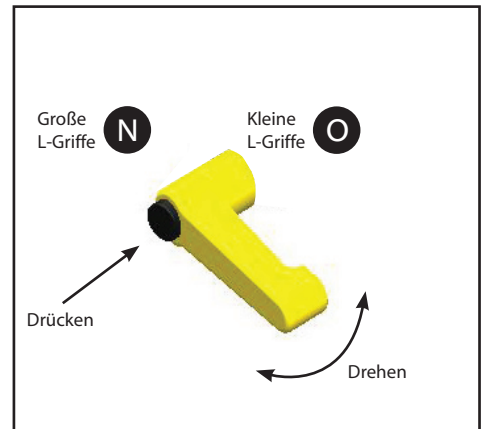
6. Schrauben Sie mithilfe der vorher entfernten 4-mm-Distanzschrauben und -beilagscheiben Wasserflaschenhalter und Lenker an der Unterseite des Lenkers zusammen.



7. Schieben Sie den Lenker vorsichtig auf das Lenkerstützrohr. Befestigen Sie die Plastikendkappe mit zwei Endkappenschrauben am Lenkerstützrohr; verwenden Sie dazu die Kreuzschlitzschraubendreherseite des 6-mm-Inbusschlüssels.



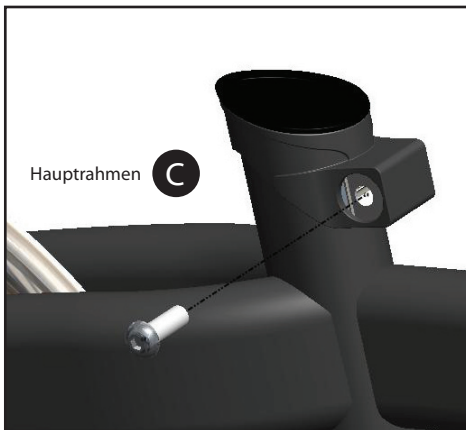
8. Wenn der Lenker an seinem Platz ist, befestigen Sie ihn an der rechten Seite des Heimtrainers (Kettenschutzseite) mit dem kleinen L-Griff.



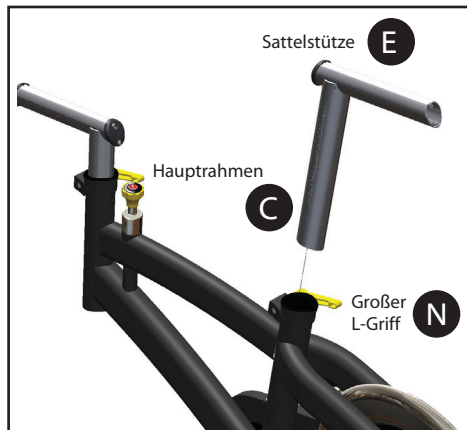
9. Drücken Sie den schwarzen Knopf an den kleinen und großen L-Griffen und drehen Sie den Griff, um ihn ohne Festziehen einzustellen. Lassen Sie den Knopf los und lassen Sie den Griff einschnappen, um eine Einstellung festzuziehen oder zu lösen.

Sattel anbringen

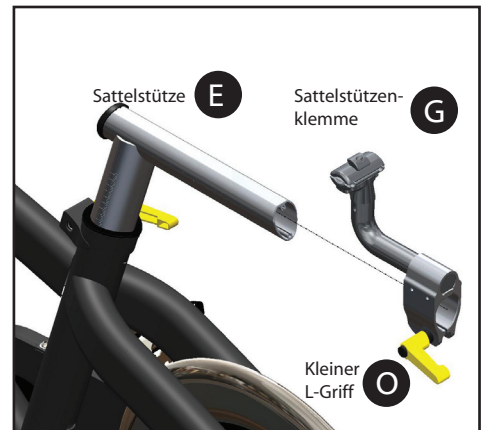
Dem CycleOps Pro Serie Heimtrainer liegt ein Sattel bei. Falls gewünscht, kann der Heimtrainer mit einem Standardsattel verwendet werden, um Tauglichkeit, Gefühl und Fahrt auf Sie persönlich zuzuschneiden. In manchen Fällen ist für Personen, die kleiner als 150 cm sind, eine kürzere Sattelstützenklemme nötig. Wenden Sie sich in diesem Fall an die Saris Cycling Group, um eine kurze Sattelklemme zu erwerben.



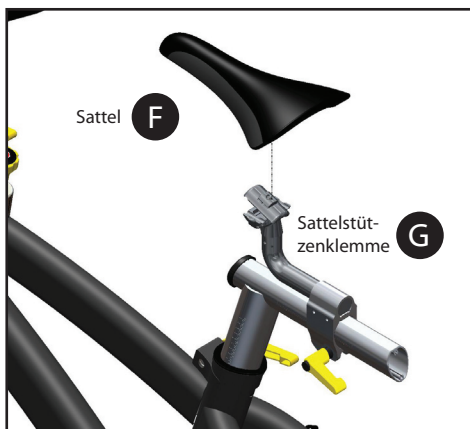
1. Entfernen Sie mithilfe des 6-mm-Inbusschlüssels die 6-mm-Schraube im Hauptrahmen. Die 6-mm-Schraube kann im großen L-Griff verbleiben, um eine dauerhaftere Einstellung der Sattelstützenhöhe zu erreichen.



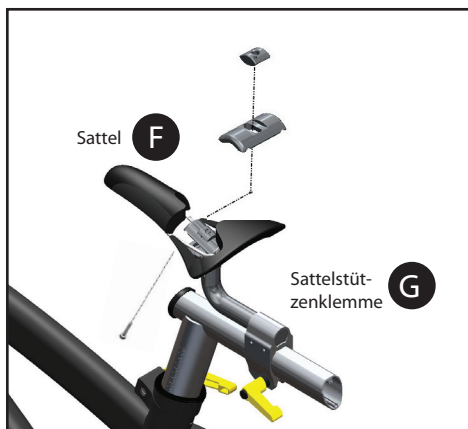
2. Stecken Sie die Sattelstütze in das Sattelrohr und befestigen Sie sie, indem Sie den großen L-Griff in den Hauptrahmen auf der rechten Seite des Heimtrainers (Kettenschutzseite) stecken.



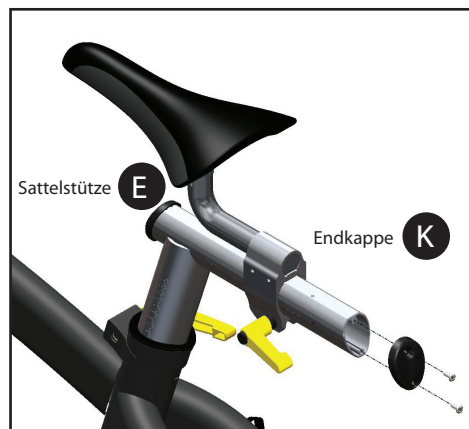
3. Befestigen Sie die Sattelstützenklemme an der Sattelstütze. Richten Sie den Sattel aus und ziehen Sie ihn mit dem kleinen L-Griff fest.



4. Befestigen Sie den Sattel an der Sattelstützenklemme.



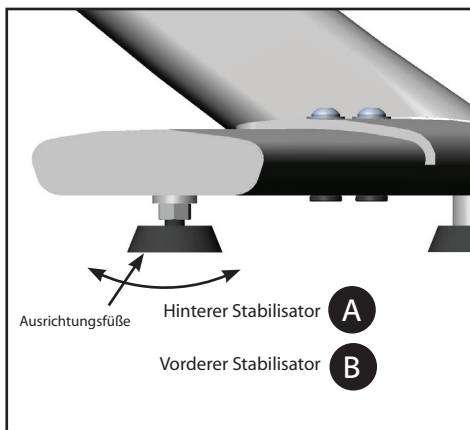
5. Lösen Sie die 6-mm-Schraube und setzen Sie die Sattelschienen in die Klemme. Stellen Sie die gewünschte Sattelposition mit dem 6-mm Inbusschlüssel ein.



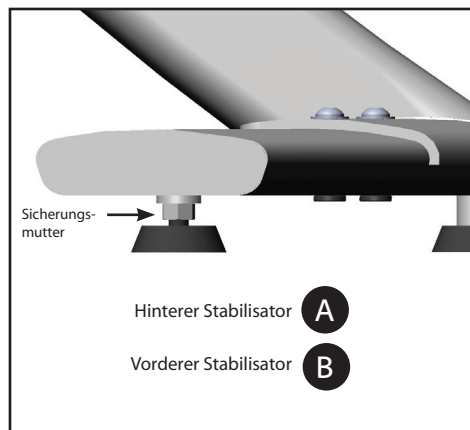
6. Befestigen Sie die Plastikendkappe mit zwei Endkappenschrauben an der Sattelstütze; verwenden Sie dazu die Kreuzschlitzschraubendreherseite des 6-mm-Inbusschlüssels.

Heimtrainer ausrichten

Stellen Sie den Heimtrainer dort auf, wo er verwendet wird, und richten Sie ihn aus, indem Sie an den verstellbaren Füßen unter den Stabilisatoren drehen. Das Ausrichten des Heimtrainers ermöglicht eine standsichere und leise Fahrt und vermindert die Beanspruchung des Rahmens. Richtig eingestellt, tritt beim Wechsel von einem Fuß auf den anderen keine Schaukelbewegung auf.



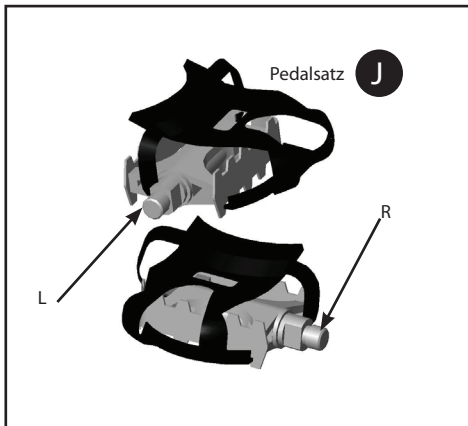
1. Falls nötig, können die vier äußeren Ausrichtungsfüße verstellt werden. Drehen Sie die Stabilisierungsfüße im Uhrzeigersinn, um den Heimtrainer abzusenken. Drehen Sie die Stabilisierungsfüße gegen den Uhrzeigersinn, um den Heimtrainer anzuheben.



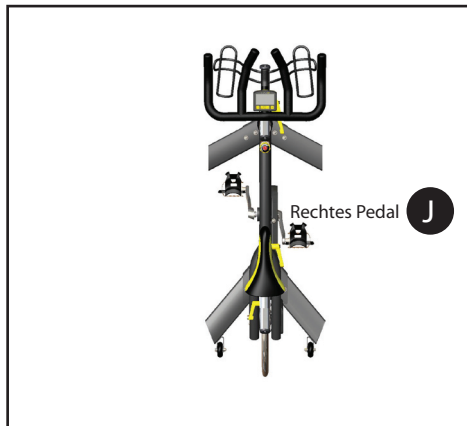
2. Befestigen Sie die Ausrichtungsfüße durch Festziehen der Sicherungsmuttern mit dem Mehrzweckschlüssel. Ziehen Sie sie am Boden des hinteren und/oder vorderen Stabilisators fest.

Pedale anbringen

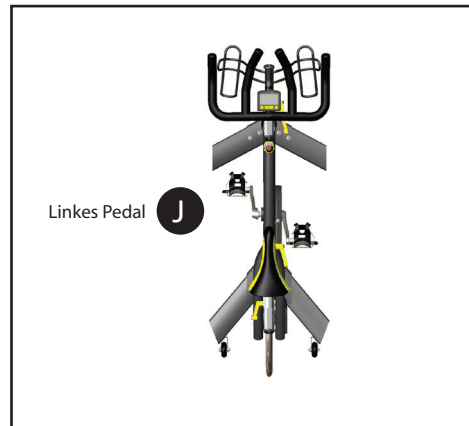
Dem CycleOps Pro Serie Heimtrainer liegt ein Pedalsatz bei. Falls gewünscht, kann der CycleOps Pro Serie Heimtrainer mit Standardpedalen verwendet werden, um Passgenauigkeit, Gefühl und Fahrt auf Sie persönlich zuzuschneiden. Nehmen Sie die Montage nach Anleitung des Pedalherstellers vor. Falsche Montage kann zu Schäden an der Kurbel führen. Schäden durch falsche Montage der Pedale sind nicht durch die Garantie abgedeckt.



1. Befestigen Sie die Pedale mit dem beiliegenden Mehrzweckschlüssel oder mit einem Pedalschlüssel (nicht im Lieferumfang enthalten) am Heimtrainer. Jedes Pedal ist mit einem „R“ oder „L“ an der Tretlagerachse gekennzeichnet. Diese Markierung zeigt, an welche Seite des Heimtrainers das Pedal montiert werden soll. Dies ist wichtig, da die Gewinderichtung für jedes Pedal unterschiedlich ist.



2. Suchen Sie das „R“-Pedal. Dieses Pedal gehört auf die rechte Seite des Heimtrainers (Kettenschutzseite). Drehen Sie die Tretlagerachse zum Festziehen im Uhrzeigersinn. Ziehen Sie die Pedale mit dem Mehrzweckschlüssel oder einem Pedalschlüssel mit 34 Nm fest.



3. Suchen Sie das „L“-Pedal. Dieses Pedal gehört auf die linke Seite des Heimtrainers (Seite ohne Kettenschutz). Drehen Sie die Tretlagerachse zum Festziehen gegen den Uhrzeigersinn, denn dieses Pedal hat ein Linksgewinde. Ziehen Sie die Pedale mit dem Mehrzweckschlüssel oder einem Pedalschlüssel mit 34 Nm fest.

KAPITEL 4: ALLGEMEINER GEBRAUCH

Der CycleOps Pro Serie Heimtrainer ist einfach zu benutzen. Verstellen Sie Sattel und Lenker, um die Fahrposition zu ändern. Verstellen Sie den Widerstand, um Tempo/Trittfrequenz zu verändern.

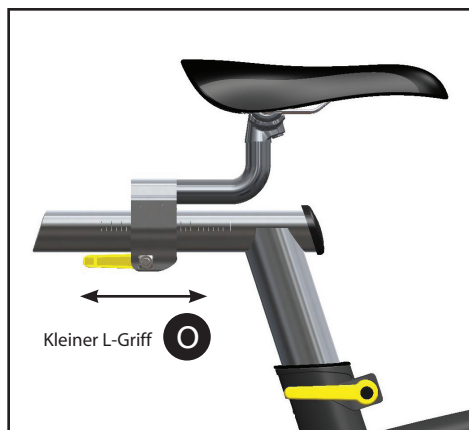
Sattel einstellen



1. Stellen Sie die Sitzposition ein, um die Trainingseffizienz und Bequemlichkeit zu erhöhen und das Verletzungsrisiko zu senken. Halten Sie das Schwungrad an und steigen Sie vom Heimtrainer ab, bevor Sie Anpassungen vornehmen.



2. Drehen Sie den großen L-Griff zum Lösen gegen den Uhrzeigersinn. Ziehen Sie die Sattelstütze heraus oder schieben Sie sie weiter hinein, um die gewünschte Höhe zu erhalten. Drehen Sie den großen L-Griff zum Festziehen im Uhrzeigersinn.

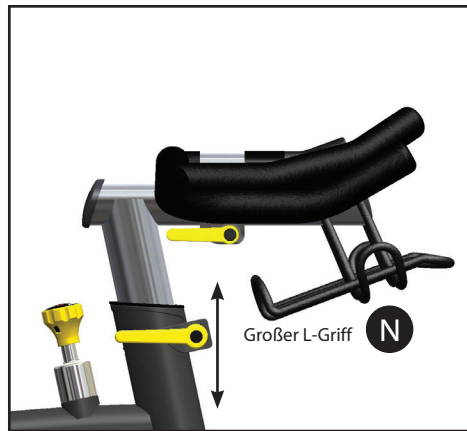


3. Drehen Sie den kleinen L-Griff zum Lösen gegen den Uhrzeigersinn. Schieben Sie die Sattelstützenklemme und den Sattel nach vorne oder hinten, um die richtige Position zu finden. Drehen Sie den kleinen L-Griff zum Festziehen im Uhrzeigersinn.

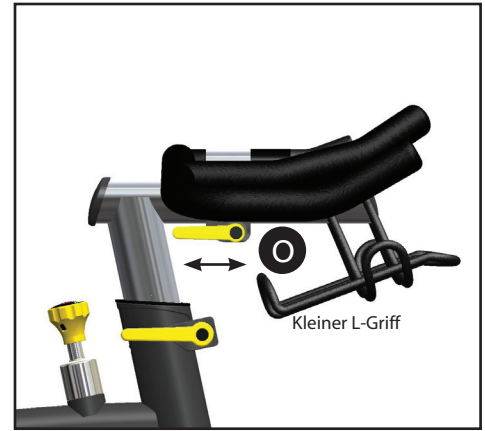
Lenker einstellen



1. Stellen Sie den Lenker ein, um es möglichst bequem zu haben oder um die Position beim Radfahren im Freien nachzuahmen. Halten Sie das Schwungrad an und steigen Sie vom Heimtrainer ab, bevor Sie Anpassungen vornehmen.



2. Drehen Sie den großen L-Griff zum Lösen gegen den Uhrzeigersinn. Ziehen Sie das Lenkerstützrohr heraus oder schieben Sie es weiter hinein, die gewünschte Höhe zu erhalten. Drehen Sie den großen L-Griff zum Festziehen im Uhrzeigersinn.



3. Drehen Sie den kleinen L-Griff zum Lösen gegen den Uhrzeigersinn. Schieben Sie den Lenker vor oder zurück, um die richtige Lenkerposition zu erhalten. Drehen Sie den kleinen L-Griff zum Festziehen im Uhrzeigersinn.

Widerstand steuern (nur 100 Pro, 200 Pro, 300 Pro)

Der CycleOps Pro Serie Heimtrainer ermöglicht dem Benutzer durch Einstellen des Widerstandsknopfs die vollständige Kontrolle über den Widerstand. Bei einem niedrigeren Widerstandsgrad lassen sich die Pedale bei höherem/r Tempo/Trittfrequenz (weniger schwer) drehen. Bei einem höheren Widerstandsgrad lassen sich die Pedale bei niedrigerem/r Tempo/Trittfrequenz (schwerer) drehen.



1. Steuern Sie den Pedalwiderstand mit dem Widerstandsknopf, der sich hinter dem Lenker auf dem Oberrohr des Hauptrahmens befindet.



2. Drehen Sie den Knopf im Uhrzeigersinn (+), um den Widerstand zu erhöhen. Drehen Sie den Knopf gegen den Uhrzeigersinn (-), um den Widerstand zu verringern.



3. Im Notfall oder bevor Sie vom Heimtrainer absteigen, drücken Sie den Widerstandsknopf direkt herunter, um das Schwungrad abrupt anzuhalten.

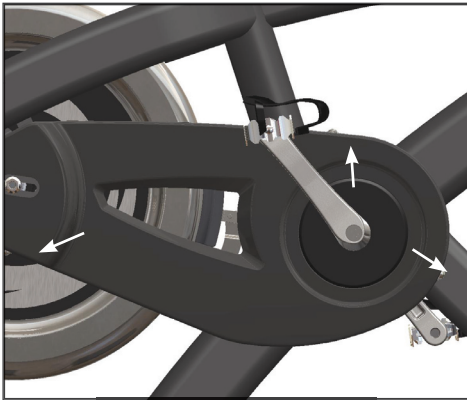
Widerstand einstellen (nur 400 Pro)

Der Pedalwiderstand wird automatisch von der Joule-Anzeige am Lenker gesteuert. Weitere Informationen finden Sie im Joule-Benutzerhandbuch.

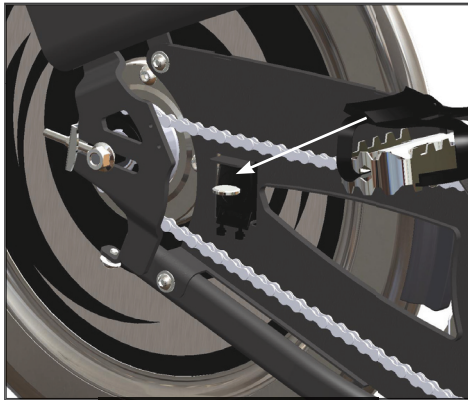
KAPITEL 5: ALLGEMEINE EINSTELLUNGEN

Batterie des Geschwindigkeitssensors austauschen (nur 200 Pro)

Im Laufe der Zeit muss die Lithium-Batterie im Geschwindigkeitssensor ausgetauscht werden. Den richtigen Zeitpunkt für den Austausch finden Sie unter „Vorbeugende Wartungsmaßnahmen“.



1. Entfernen Sie die drei Kettenschutzschrauben mit einem 4-mm-Inbusschlüssel und nehmen Sie den Kettenschutz ab.



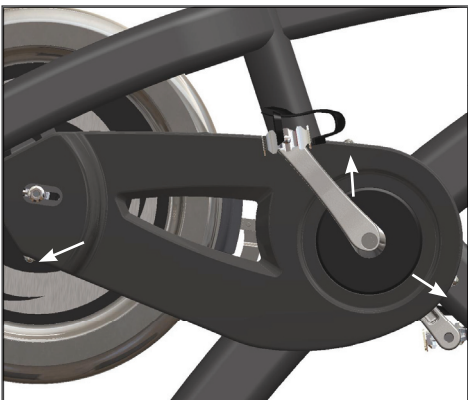
2. Suchen Sie den Geschwindigkeitssensor neben der Nabe.



3. Tauschen Sie die Batterie gegen eine Batterie des Typs CR2032 aus.



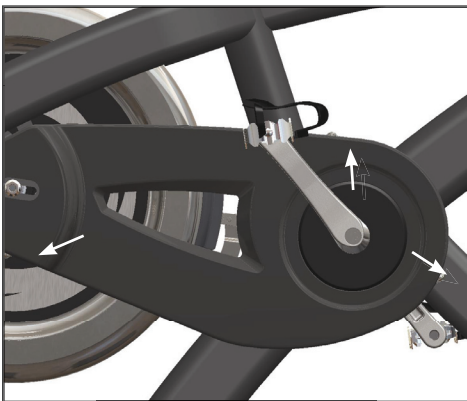
4. Entfernen Sie mit der neuen Batterie die Batterieabdeckung auf der Rückseite des Sensors, indem Sie sie etwa eine halbe Umdrehung gegen den Uhrzeigersinn drehen.



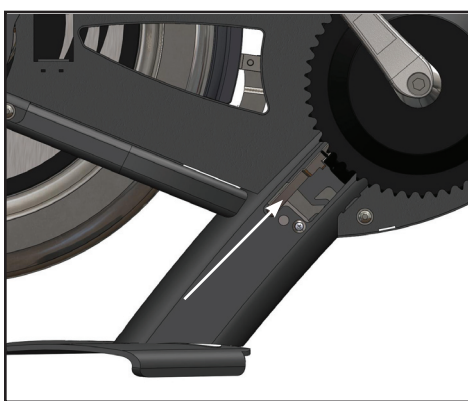
5. Bringen Sie den Kettenschutz mit einem 4-mm-Inbusschlüssel und den drei Kettenschutzschrauben wieder an.

Batterie des Trittfrequenzsensors austauschen (nur 200 Pro)

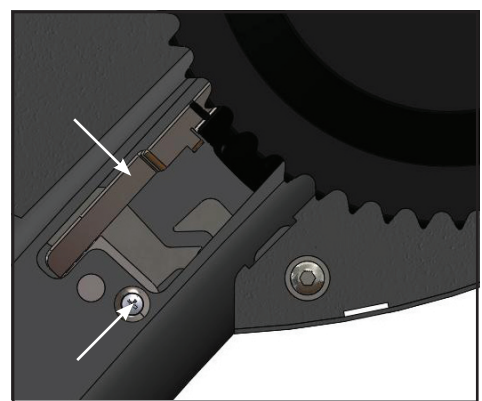
Im Laufe der Zeit muss die Lithium-Batterie im Trittfrequenzsensor ausgetauscht werden. Den richtigen Zeitpunkt für den Austausch finden Sie unter „Vorbeugende Wartungsmaßnahmen“.



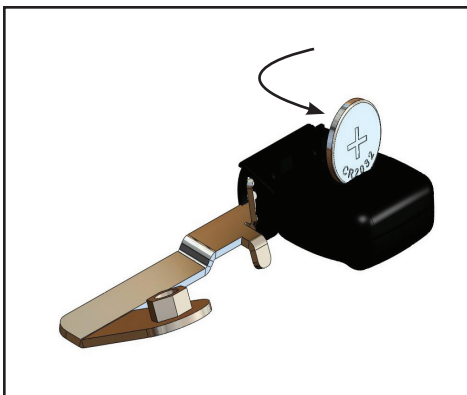
1. Entfernen Sie die drei Kettenschutzschrauben mit einem 4-mm-Inbusschlüssel und nehmen Sie den Kettenschutz ab.



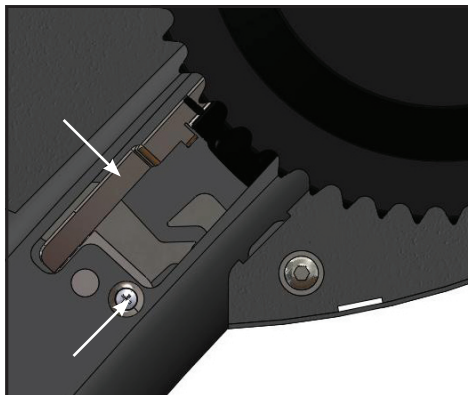
2. Suchen Sie den Trittfrequenzsensor im Hauptrahmen.



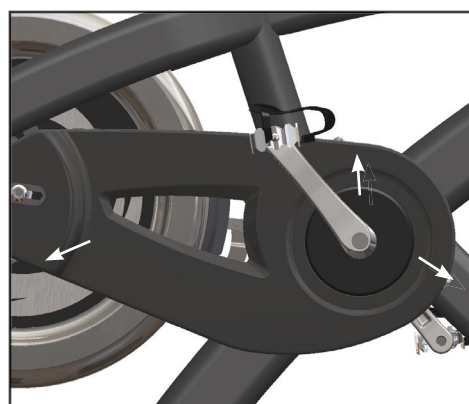
3. Entfernen Sie die Schraube für den Trittfrequenzsensor mit einem 4-mm-Inbusschlüssel (achten Sie darauf, den Trittfrequenzsensorarm festzuhalten, um zu verhindern, dass der Trittfrequenzsensor in den Hauptrahmen fällt). Nehmen Sie den Trittfrequenzsensor vom Hauptrahmen ab.



4. Entfernen Sie mit der neuen Batterie (vom Typ CR2032) die Batterieabdeckung auf der Rückseite des Trittfrequenzsensors, indem Sie sie etwa eine halbe Umdrehung gegen den Uhrzeigersinn drehen. Tauschen Sie die alte Batterie gegen die neue aus.



5. Befestigen Sie mit der vorher entfernten Schraube und dem 4-mm-Inbusschlüssel den Trittfrequenzsensor am Hauptrahmen. Achten Sie darauf, beim Anbringen der Schraube den Trittfrequenzsensorarm festzuhalten.

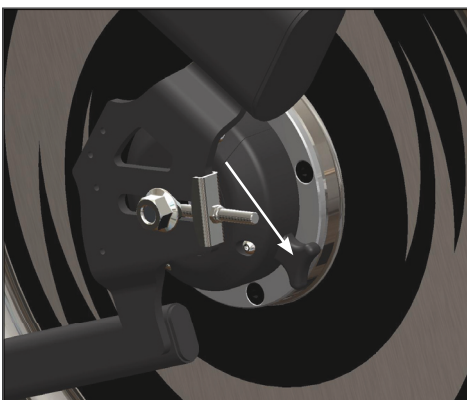


6. Bringen Sie den Kettenschutz mit einem 4-mm-Inbusschlüssel und den drei Kettenschutzschrauben wieder an.

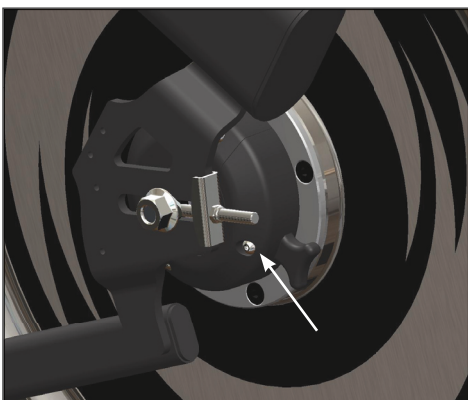
HINWEIS: Nach dem Austausch der Batterie muss Joule die kodierte ID für den Sensor erneut lernen. Eine Anleitung dafür finden Sie im Joule-Benutzerhandbuch (erhältlich auf www.cycleops.com).

Nabenbatterien austauschen (nur 400 Pro/300 Pro)

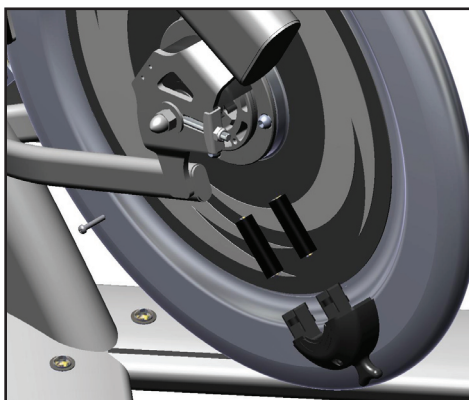
Im Laufe der Zeit müssen die Batterien für die Elektronik in der Nabe ausgetauscht werden. Den richtigen Zeitpunkt für den Austausch finden Sie unter „Vorbeugende Wartungsmaßnahmen“. Der CycleOps Pro Serie Heimtrainer verwendet zwei AA-Batterien. Die Batterieabdeckung ist zweigeteilt, um es so einfach wie möglich zu machen.



1. Drehen Sie das Schwungrad, um Zugang zur Schraube an der Griffseite der Batterieabdeckung zu erhalten.



2. Entfernen Sie mit einem 2,5-mm-Inbusschlüssel die Schraube auf der Batterieabdeckung. Ziehen Sie mit dem geformten Griff die Plastikbatterieabdeckung von der Nabe ab.



3. Tauschen Sie die Batterien aus und achten Sie auf die richtige Ausrichtung der +/- Pole. Bringen Sie die Batterieabdeckung wieder an und ziehen Sie die Schraube fest.

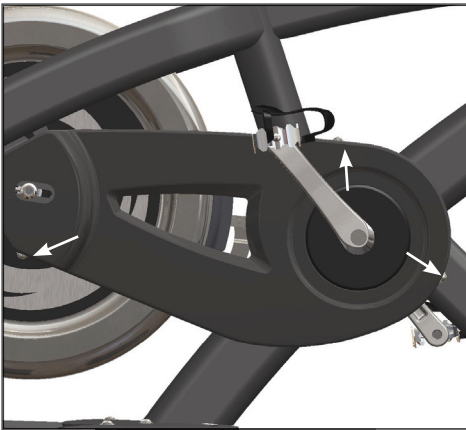
Schwungrad/Kettenspannung einstellen

Im Laufe der Zeit und nach umfangreichem Gebrauch dehnt sich die Kette des CycleOps Pro Serie Heimtrainers. Das Spannen/Ausrichten ist schwierig und eine falsche Einstellung kann zu vorzeitigem Verschleiß von Kette und Zahnrad führen. Wir empfehlen, diese Arbeiten mit der Hilfe eines autorisierten Heimtrainerhändlers durchzuführen. Die Kette wurde richtig gespannt, wenn sie beim Vor- und Zurückbewegen der Pedale wenig oder kein Spiel hat.

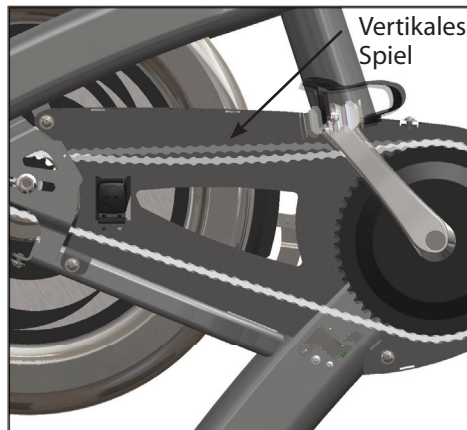
HINWEIS: Stellen Sie die Spannung in kleinen Schritten auf beiden Seiten des Schwungrads ein. Wenn Sie nur eine Seite einstellen, führt das zu einer fehlerhaften Ausrichtung des Schwungrads und unerwünschtem Verschleiß des Antriebs und/oder Lärm.

VORSICHT: Unsachgemäße Ketteneinstellung führt zu vorzeitiger Abnutzung und zum Erlöschen der Garantie.

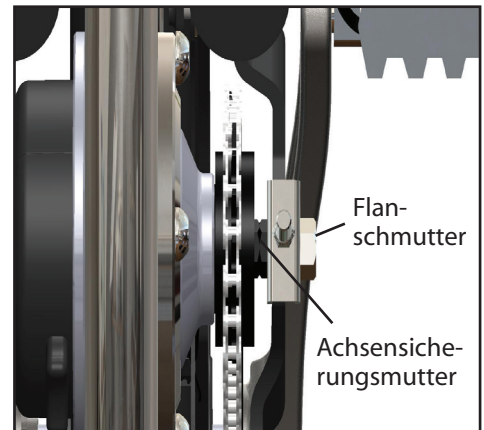
VORSICHT: Fassen Sie NIEMALS mit den Händen in den Antrieb oder in dessen Nähe, während er in Bewegung ist!



1. Entfernen Sie die drei Kettenschutzschrauben mit einem 4-mm-Inbusschlüssel.



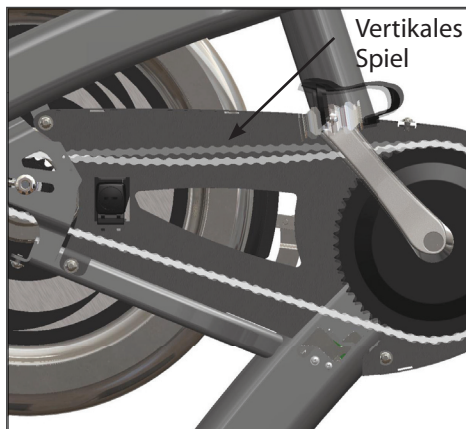
2. Drücken Sie die Kette herunter (in der Mitte zwischen Kettenkranz und Antriebsritzel), um das vertikale Spiel zu ermitteln. Es sollte etwa 6 mm betragen. Ein vertikales Spiel von wesentlich mehr oder weniger als 6 mm sollte angepasst werden.



3. Verwenden Sie einen 17-mm-Konusschlüssel, um die Achsensicherungsmutter festzuhalten. Drehen Sie den Schlüssel nicht, sondern verwenden Sie ihn nur als Stabilisator. Mit der anderen Hand lösen Sie mit einem 15-mm-Ringschlüssel die Flanschmutter an Achse. Wiederholen Sie den Vorgang auf der anderen Seite des Schwungrads.



4. Stellen Sie die richtige Spannung mit einem 10-mm-Ringschlüssel so ein, dass sie auf beiden Seiten gleich ist.



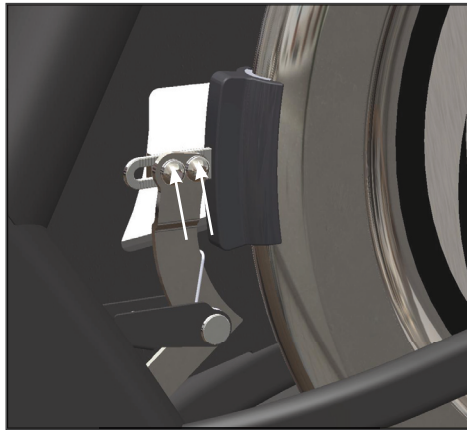
5. Drücken Sie die Kette herunter (in der Mitte zwischen Kettenkranz und Antriebsritzel), um das vertikale Spiel zu ermitteln. Es sollte etwa 6 mm betragen, wenn die Kette richtig eingestellt wurde. Ziehen Sie die Flanschmutter mit 8,5 Nm fest. Ziehen Sie sie nicht zu fest an.

Bremsklotz einstellen (nur 100 Pro, 200 Pro, 300 Pro)

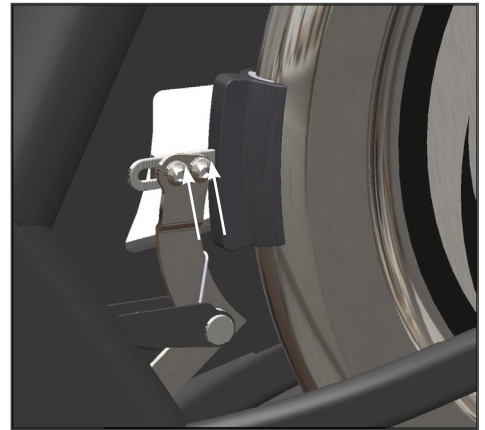
Die Bremsmechanik wurde im Werk eingestellt. Eventuell muss sie jedoch im Laufe der Zeit wegen der Kettenspannung und Abnutzung des Bremsklotzes nachgestellt werden. Gehen Sie folgendermaßen vor, um den Bremsklotz auszutauschen/einzustellen:



1. Drehen Sie den Widerstand zurück, bis sich der Knopf nicht mehr dreht (gegen den Uhrzeigersinn). Drehen Sie ihn dann im Uhrzeigersinn um 180 Grad (eine halbe Umdrehung).



2. Lösen Sie die Klemmschrauben mit einem 5-mm-Inbusschlüssel. Richten Sie den Bremsklotz durch Schieben in Richtung Schwungrad aus. Stoppen Sie, wenn der Bremsklotz das Schwungrad beinahe berührt. Richten Sie den Bogen des Bremsklotzes am Bogen des Schwungrads aus.



3. Ziehen Sie die Klemmschrauben mit 5,5 Nm fest. Bei richtiger Einstellung sollte der CycleOps Pro Serie Heimtrainer etwa 30 Watt bei 90 U/min und den niedrigsten Widerstandseinstellungen registrieren (kann nur auf dem 300 Pro überprüft werden).

Bremsklotz einstellen (nur 400 Pro)

Die Bremsmechanik wurde im Werk eingestellt und hat einen elektronisch justierten Bremsklotz. Anstatt den Bremsklotz von Hand einzustellen, stecken Sie für 60 Sekunden den Stecker des Heimtrainers in die Steckdose und ziehen ihn dann wieder heraus. Dadurch wird ein Zurücksetzen ausgelöst und der Bremsklotz in die weiteste Position (niedrigster Widerstand) gebracht.

KAPITEL 6: VORBEUGENDE WARTUNGSARBEITEN

Die Durchführung der notwendigen vorbeugenden Wartungsarbeiten ist der Schlüssel, um den CycleOps Pro Serie Heimtrainer in einwandfreiem Betriebszustand zu halten. Die empfohlenen Wartungsmaßnahmen verlängern die Lebensdauer des CycleOps Pro Serie Heimtrainers.

TÄGLICH

Führen Sie nach jedem Tag, an dem der Heimtrainer benutzt wurde, folgende Maßnahmen durch:

- Lösen Sie die Spannung vom Widerstandsknopf.
- Wischen Sie den Lenker ab.
- Wischen Sie Sattel und Sattelstütze ab.
- Wischen Sie das Schwungrad ab.
- Wischen Sie den Rahmen ab.
- Wischen Sie den Kettenschutz ab.
- Wischen Sie den Widerstandsknopf ab.
- Wischen Sie das Lenkerstützrohr ab.
- Wischen Sie die Stabilisatoren ab.

HINWEIS: Verwenden Sie zum Abwischen des Heimtrainers niemals scheuernde Reinigungsflüssigkeiten oder mineralölbasierte Lösungsmittel. Für die lackierten Teile des Heimtrainers können Sie eine handelsübliche Fahrradpolitur verwenden.

WÖCHENTLICH

Führen Sie wöchentlich folgende Maßnahmen zusätzlich zur täglichen Wartung durch:

- Überprüfen Sie den Bremsklotz und stellen Sie ihn ein.
- Überprüfen Sie die Festigkeit der Pedale und aller Klammern/Riemen (falls vorhanden). Ziehen Sie die Pedale mit 34 Nm fest.
- Überprüfen Sie die Lenkerklemmvorrichtung. Ziehen Sie die Klemmschraube fest, wenn sie locker ist.
- Überprüfen Sie Sattelstützenklemme und Klemmvorrichtung. Ziehen Sie die Klemmschraube fest, wenn sie locker ist.
- Überprüfen Sie die Stabilisierungsfüße. Ziehen Sie sie, falls nötig, fest.
- Überprüfen Sie das Schwungrad. Achten Sie auf eine korrekte Ausrichtung. Ziehen Sie die Flanschsicherheitsmutter mit 8,5 Nm fest.

MONATLICH

Führen Sie monatlich folgende Maßnahmen zusätzlich zur täglichen und wöchentlichen Wartung durch:

- Entfernen Sie Lenkerstützrohr und Sattelstütze und reinigen Sie beide Rohre und das Innere der Plastikhülsen. Überprüfen Sie die Hülsen auf Abrieb. Tauschen Sie sie bei senkrechtem Verrutschen aus.
- Reinigen Sie die Unterseite der Stabilisierungsfüße.
- Säubern Sie das Schwungrad mit einem milden Reinigungsmittel oder einem feuchten Tuch.
- Überprüfen Sie die Spannung der Kette, um sicherzustellen, dass die Kette richtig eingestellt ist.
- Untersuchen Sie die Bremsklötze auf Abnutzung. Tauschen Sie die Bremsklötze aus, wenn weniger als 2 mm Belag freiliegen.

HALBJÄHRLICH

Führen Sie halbjährlich folgende Maßnahmen zusätzlich zur täglichen, wöchentlichen und monatlichen Wartung durch:

- Schmier Sie die Kette über die Öffnung auf der Rückseite des Kettenschutzes. Sprühen Sie ein teflonbasiertes Öl großzügig auf die Kette. Achten Sie darauf, jedes einzelne Kettenglied einzusprühen. Dabei dürfen Sie jedoch nicht zu viel Öl auf der Kette verteilen. Überschüssiges Öl könnte heruntertropfen und den Boden/Teppich verschmutzen.

JÄHRLICH

Führen Sie folgende Maßnahmen zusätzlich zur täglichen, wöchentlichen, monatlichen und halbjährlichen Wartung durch, wenn Sie den Heimtrainer ausgiebig benutzt haben (dies kann jährlich oder nicht geschehen):

- Tragen Sie eine dünne Schicht Lithiumfett auf die Gewinde der Stabilisierungsschrauben, Stabilisierungsfüße und Pedale auf. Dies verhindert, dass sich die Schrauben im Laufe der Zeit nicht mehr lösen lassen.
- Tauschen Sie die Batterien in Nabe und Sensor aus.

KAPITEL 7: ELEKTRONIK

Der CycleOps Pro Serie Heimtrainer (200 Pro, 300 Pro and 400 Pro) verfügt über die Joule-Anzeige. Besuchen Sie www.cycleops.com, um mehr über Joule zu erfahren. Einige Informationen, die sich auf den CycleOps Pro Serie Heimtrainer beziehen, umfassen:

- Joule-Halterung und Joule montieren
- Kontrollierten Widerstand einstellen

Technische Daten:

Maximales Gewicht: 136 kg

Standardgrößenbereich: 165 cm bis 198 cm

Q-Faktor: 168 mm (von Außenseite zu Außenseite)

Kurbelarmlänge: 170 mm

PowerTap-Genauigkeit: +/-1,5% (nur 400 Pro/300 Pro)

Signalübertragung: ANT+

Betriebstemperatur: 0° bis 40° C

Batterielebensdauer (Nabe): ungefähr 1000 Stunden

Batterielebensdauer (Joule): ungefähr 20 Stunden

Typ der Nabenbatterie: zwei Typ AA 1,5 V

Typ der Joule-Batterie: wiederaufladbar

Anzugsmoment des Befestigungsbolzens der Freilaufnabe: 34 Nm

KAPITEL 8: HOCHFREQUENZSTÖRUNG

Hochfrequenzstörung mit anderen Geräten kann zu zeitweisigem Verlust von Informationen führen. Drahtlose Internet-Accesspoints, Mikrowellen, schnurlose Telefone oder drahtlose Geräte können Frequenzstörungen verursachen. Stellen Sie drahtlose Accesspoints auf den niedrigstmöglichen Kanal ein und stellen Sie den Heimtrainer von störenden Geräten entfernt auf, um Störungsfälle zu vermeiden. Lesen Sie bitte in der Dokumentation des Herstellers nach, wie Sie den Kanal des Accesspoints ändern.

CycleOps verwendet die Technik ANT+, um eine sichere und zuverlässige Verbindung der verschiedenen Sensoren in unseren Produkten sicherzustellen. Sensoren sind Leistungsmesssensoren, Herzfrequenzgurtsensoren, Trittfrequenzsensoren, Geschwindigkeitssensoren und Sensoren für den kontrollierten Widerstand.

Übereinstimmungserklärung für FCC und Industry Canada:

Dieses Gerät entspricht den Vorschriften von Industry Canada und Teil 15 der FCC-Vorschriften. Der Betrieb unterliegt folgenden zwei Bedingungen: (1) Dieses Gerät darf keine schädliche Interferenz verursachen und (2) dieses Gerät muss empfangene Interferenzen akzeptieren, einschließlich Interferenz, die zu unerwünschtem Betrieb führt.

Der Ausdruck „IC“ vor der Funkzertifizierungsnummer bedeutet lediglich, dass die technischen Spezifikationen von Industry Canada erfüllt sind.

Änderungen oder Modifizierungen an diesem Gerät, die nicht ausdrücklich von der Stelle genehmigt wurden, die für die Übereinstimmung mit den FCC-Vorschriften verantwortlich ist (dem Hersteller), können dazu führen, dass die Berechtigung des Benutzers, das Gerät zu betreiben, erlischt.

Dieses Gerät wurde getestet und hält die Grenzwerte für Digitalgeräte der Klasse B gemäß Teil 15 der FCC-Vorschriften ein. Diese Grenzwerte sollen angemessenen Schutz vor schädlicher Interferenz bei häuslicher Installation bieten. Dieses Gerät erzeugt, nutzt und kann Hochfrequenzenergie abstrahlen und kann, falls nicht gemäß Anleitung verwendet, schädliche Interferenz für die Funkkommunikation verursachen. Es gibt jedoch keine Garantie, dass bei einer bestimmten Installation keine Interferenz auftritt.

Wenn dieses Gerät schädliche Interferenz für den Radio- oder Fernsehempfang verursacht, was bestimmt werden kann, indem das Gerät ein- und ausgeschaltet wird, wird der Benutzer aufgefordert, die Interferenz durch eine oder mehrere der folgenden Maßnahmen zu korrigieren:

- Richten Sie die Empfangsantenne neu aus.
- Erhöhen Sie den Abstand zwischen Gerät und Empfänger.
- Verbinden Sie das Gerät mit einer Steckdose eines anderen Stromkreises als dem, mit dem der Empfänger verbunden ist.
- Wenden Sie sich an Ihren Händler oder einen erfahrenen Radio-/Fernsehtechniker.

KAPITEL 9: WICHTIGE VORSICHTSMASSNAHMEN

Es liegt in der Verantwortung des Besitzers, sicherzustellen, dass alles Benutzer des CycleOps Pro Serie Heimtrainers angemessen über alle Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen informiert werden. Wenden Sie sich bei Fragen zu diesem Handbuch an den Kundenservice unter der Nummer, die auf der Rückseite dieses Handbuchs angegeben ist.

ACHTUNG: Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, bevor Sie ein Übungsprogramm beginnen oder ändern.

- Hören Sie auf, zu trainieren, wenn Sie Schmerzen irgendwelcher Art verspüren, einschließlich, aber nicht beschränkt auf: Brustschmerzen, Übelkeit, Schwindel oder Kurzatmigkeit. Wenden Sie sich an einen Arzt, bevor Sie fortfahren.
- Tragen Sie bei Benutzung dieses Geräts immer geeignetes Schuhwerk.
- Springen Sie nicht auf dem Heimtrainer.
- Achten Sie auf ausreichenden Abstand des Stromkabels zu aufgeheizten Oberflächen (nur 400 Pro).
- Ziehen Sie den Stecker des Heimtrainers aus der Steckdose, bevor Sie ihn bewegen oder reinigen (nur 400 Pro). Zum Reinigen wischen Sie die Oberflächen nur mit Seife und einem leicht feuchten Tuch ab. Verwenden Sie niemals Lösungsmittel (siehe „Vorbeugende Wartungsmaßnahmen“).
- Es sollte sich niemals mehr als eine Person auf dem Heimtrainer befinden, wenn er in Betrieb ist.
- Der Heimtrainer sollte nicht von Personen benutzt werden, die mehr als 136 kg wiegen. Nichteinhaltung führt zum Erlöschen der Garantie.
- Verwenden Sie den Heimtrainer nicht an Orten, deren Temperatur nicht geregelt ist, wie z.B. (aber nicht nur) Garage, Veranda, Poolraum, Badezimmer, Carport oder im Freien. Nichteinhaltung kann zum Erlöschen der Garantie führen.
- Verwenden Sie den Heimtrainer nur wie in diesem Handbuch beschrieben.

KAPITEL 10: GARANTIE

Herstellergarantie (bei normaler Benutzung)

Rahmen: Lebenslang (privat), fünfzehn Jahre (gewerblich)

Hauptrahmen

Stabilisatoren

Teile: Drei Jahre

Verschleißteile sind ausgenommen:

Bremsklötze

Kette

Klinken

Pedale

Sattelstützenhülse

Lenkerhülse

Elektronik: ein Jahr

Bei einem Garantieproblem repariert oder ersetzt Saris Cycling Group, Inc. den Gegenstand nach eigenem Ermessen. Saris Cycling Group, Inc. übernimmt keine Verantwortung für indirekte oder Folgekosten oder Schäden, die mit der Garantie des Produkts verbunden sind. Die Garantie für unsere Produkte gilt nicht bei Anzeichen von Missbrauch, falscher Wartung oder Installation, Unfall, Verwendung des Produkts mit nicht kompatiblen Komponenten oder Verwendung des Produkts für Zwecke, für die es nicht gedacht ist. Diese Garantie erlischt außerdem, wenn das Produkt gegenüber seiner ursprünglichen Form modifiziert wurde, dies gilt auch für Änderungen des Aussehens, der Seriennummern oder Logos.

Garantieverfahren: Falls eine Komponente des CycleOps Pro Serie Heimtrainers offensichtlich nicht richtig funktioniert, nehmen Sie sich bitte die Zeit und überprüfen Sie das System so gut wie möglich. In vielen Fällen gibt es einfache Lösungen, wie das Austauschen einer Batterie oder das Einstellen eines Sensors. Häufig können kleine Teile in einem Fahrradladen repariert werden, statt der längeren und teureren Option, sie zur Reparatur zurückzusenden. In einem Garantiefall des CycleOps Pro Serie Heimtrainers bringen Sie das Produkt zum Händler zurück oder wenden Sie sich an Saris Cycling Group, Inc. unter der Telefonnummer 1-800-783-7257.

Copyright

Copyright 2009. Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieser Veröffentlichung darf ohne die vorherige schriftliche Genehmigung von Saris Cycling Group, Inc. kopiert, fotografiert, reproduziert, übersetzt, elektronisch übertragen oder auf digitale Medien gespeichert werden.

Marken

Saris Cycling Group, Inc, CycleOps und das PowerTap-Logo sind eingetragene Marken der Saris Cycling Group, Inc. Alle anderen in diesem Handbuch verwendeten Produkt-, Marken- oder Handelsnamen können Marken oder eingetragene Marken der jeweiligen Inhaber sein.

Änderungen

Saris Cycling Group, Inc. behält sich das Recht vor, Verbesserungen und/oder Aktualisierungen an den hier beschriebenen Produkten ohne Vorankündigung vorzunehmen.

Cyclette CycleOps Pro Series

Manuale utente

400 Pro

300 Pro

200 Pro

100 Pro



CycleOps
POWER



INDICE

CAPITOLI:

1. OPERAZIONI PRELIMINARI	1
2. DISIMBALLAGGIO DELLA CYCLETTE CYCLEOPS PRO SERIES.....	2
3. MONTAGGIO DELLA CYCLETTE	3
Montare i piedi stabilizzatori	
Montare il manubrio	
Montare il sellino	
Livellare la cyclette	
Montare i pedali	
4. UTILIZZO GENERALE	6
Regolare il sellino	
Regolare il manubrio	
Regolare la resistenza	
5. REGOLAZIONI GENERALI	8
Sostituire la batteria del sensore velocità	
Sostituire la batteria del sensore per la frequenza di pedalata	
Sostituire le batterie del mozzo	
Regolare il volano/la tensione della catena	
Regolare la pastiglia del freno	
6. MANUTENZIONE PREVENTIVA.....	10
7. ELETTRONICA	11
8. INTERFERENZE DA RADIOFREQUENZA (RF)	12
9. PRECAUZIONI IMPORTANTI	12
10. GARANZIA	13

CAPITOLO 1: OPERAZIONI PRELIMINARI

Congratulazioni per aver scelto la cyclette CycleOps Pro Series! La cyclette CycleOps Pro Series porta l'attività ciclistica a un livello superiore, in quanto è l'unica cyclette in grado di adattarsi, comportarsi e correre come una bicicletta vera.

Manuale utente per cyclette CycleOps Pro Series modello:

- 400 Pro
- 300 Pro
- 200 Pro
- 100 Pro

Leggere il presente manuale per informazioni su:

- Montaggio della cyclette
- Utilizzo della cyclette
- Esecuzione delle regolazioni generali

Visitare il sito www.cycleops.com per ulteriori informazioni su Saris Cycling Group e sulla cyclette CycleOps Pro Series:

- Registrazione del prodotto ai fini della garanzia
- Consultazione delle domande frequenti (FAQ)
- Visualizzazione dei video con le istruzioni
- Visualizzazione degli aggiornamenti ai prodotti e tecnici di CycleOps
- Iscrizione alla newsletter CycleOps Power
- Ulteriori informazioni sull'allenamento Power

CAPITOLO 2: DISIMBALLAGGIO DELLA CYCLETTE CYCLEOPS PRO SERIES

Collocare la scatola in posizione verticale e tagliare le fascette di legatura in plastica. Sollevare la parte superiore della scatola per mettere in vista la cyclette e l'imballaggio. Tirare fuori tutti i pezzi dalla scatola, compresi gli inserti in materiale espanso. Accertarsi che siano presenti tutti pezzi elencati di seguito:

	Nome	Quantità
A	Stabilizzatore posteriore	1
B	Stabilizzatore anteriore	1
C	Gruppo telaio principale	1
D	Sostegno manubrio (più corto, fino a 18")	1
E	Sostegno sellino (più lungo, fino a 23")	1
F	Sellino	1
G	Morsetto sostegno sellino	1
H	Manubrio	1
I	Portaborraccia	1
J	Set pedali	1
K	Tappi estremità	2
L	Viti tappi estremità	4
M	Distanziatore borraccia	1
N	Maniglie a L grandi	2
O	Maniglie a L piccole	2
P	Bulloni stabilizzatori	8
Q	Rondelle stabilizzatori	8
R	Chiave multiuso	1
S	Chiave a brugola da 6 mm con estremità cacciavite a croce	1
T	Chiave a brugola da 5 mm	1
U	Chiave a brugola da 4 mm	1
V	Chiave a brugola da 3 mm	1

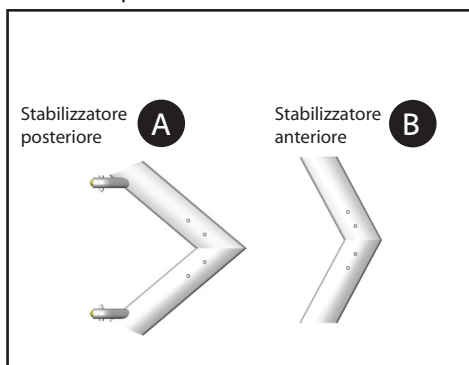


Altri attrezzi che potrebbero rendersi utili:

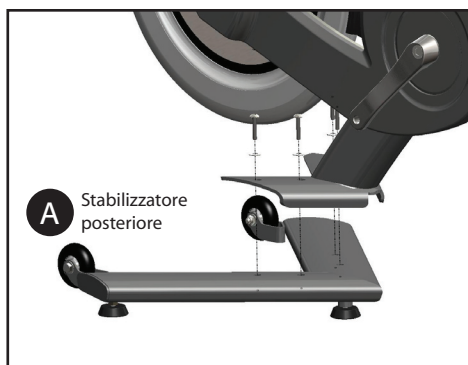
- Pinze di bloccaggio o un piccolo attrezzo di serraggio
- Chiave da 17 mm
- Chiave a tubo da 15 mm
- Chiave a tubo da 10 mm
- Pinze
- Chiave per pedali
- Chiave a brugola da 2,5 mm

CAPITOLO 3: MONTAGGIO DELLA CYCLETTE

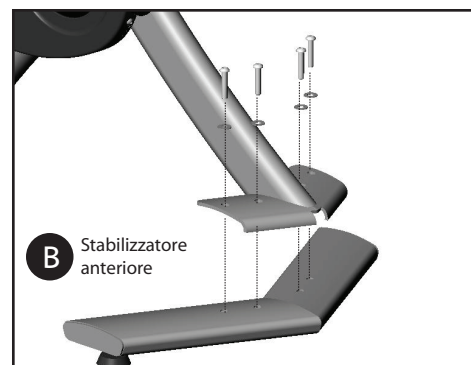
Montare i piedi stabilizzatori



1. Notare la differenza tra gli stabilizzatori anteriore e posteriore. Lo stabilizzatore più largo dotato di ruote va montato nella parte posteriore della cyclette (sotto il volano).

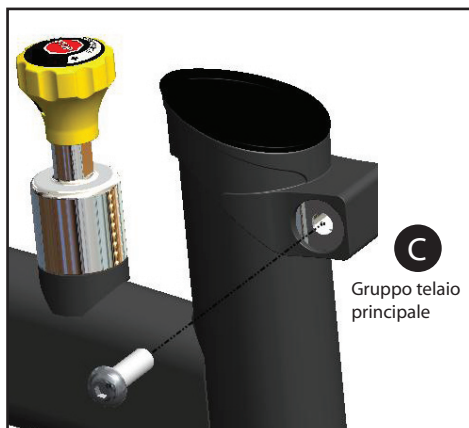


2. Montare lo stabilizzatore posteriore nella parte posteriore del telaio principale con gli appositi quattro bulloni e le rispettive rondelle da 5 mm utilizzando la chiave a brugola da 5 mm. Stringere prima i bulloni interni, quindi procedere con i bulloni esterni per assicurare il fissaggio corretto e in piano del piede.

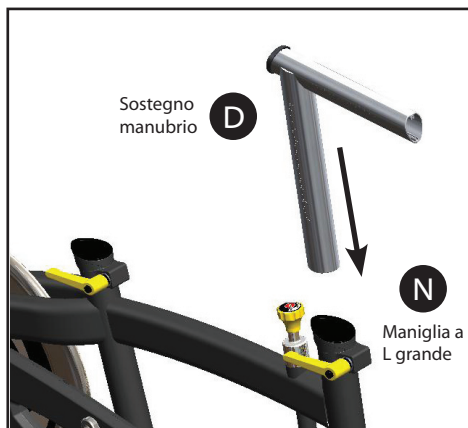


3. Montare lo stabilizzatore anteriore nella parte anteriore del telaio principale con gli appositi quattro bulloni e le rispettive rondelle da 5 mm utilizzando la chiave a brugola da 5 mm. Stringere prima i bulloni interni, quindi procedere con i bulloni esterni per assicurare il fissaggio corretto e in piano del piede.

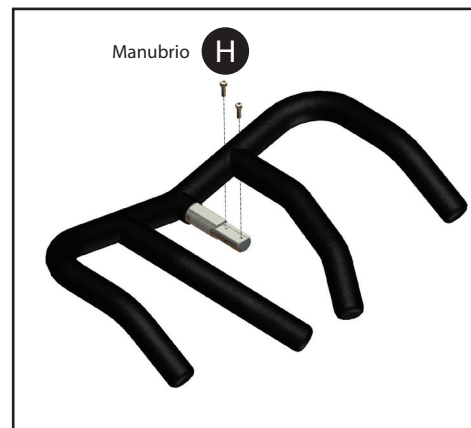
Montare il manubrio



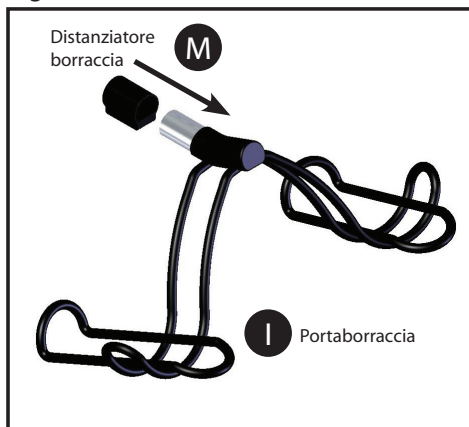
1. Rimuovere il bullone da 6 mm del gruppo telaio principale con la chiave a brugola da 6 mm. È possibile tenere il bullone da 6 mm al posto della maniglia a L grande per mantenere più stabile la regolazione dell'altezza del manubrio.



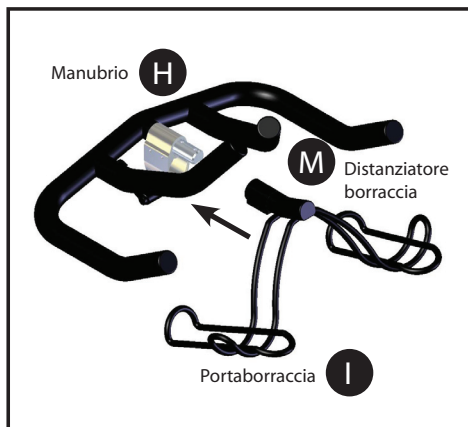
2. Inserire il sostegno manubrio nel tubo di testa e fissarlo inserendo la maniglia a L grande nel gruppo telaio principale sul lato destro della cyclette (lato copricatena).



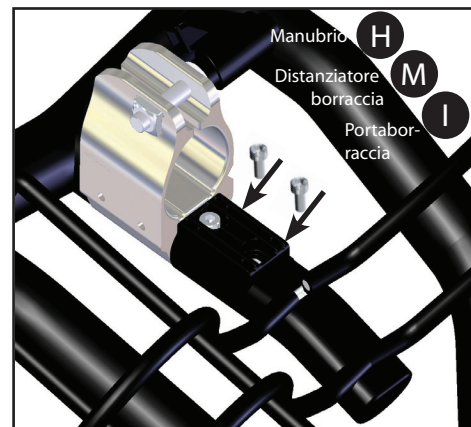
3. Rimuovere i due bulloni distanziatori e le rispettive rondelle dal manubrio con la chiave a brugola da 4 mm.



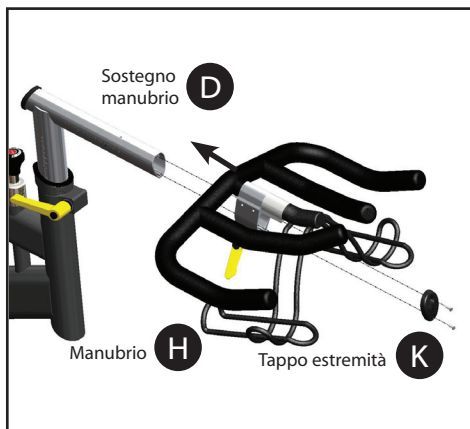
4. Far scorrere il distanziatore borraccia sul tubo a D del portaborraccia.



5. Far scorrere il portaborraccia e il distanziatore borraccia sul manubrio.



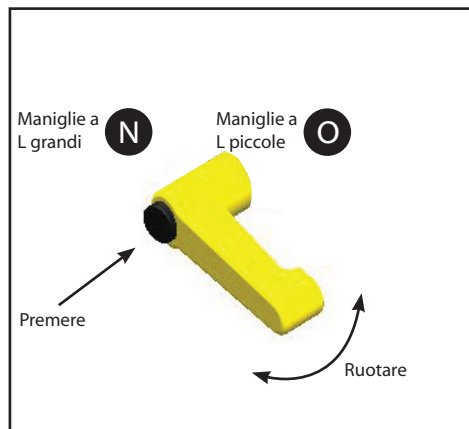
6. Fissare il portaborraccia e il manubrio insieme, utilizzando i due bulloni distanziatori da 4 mm e le rispettive rondelle precedentemente rimossi, sul lato inferiore del manubrio.



7. Far scorrere con attenzione il gruppo manubrio sul sostegno manubrio. Fissare il tappo d'estremità in plastica al sostegno manubrio con le apposite due viti utilizzando il lato cacciavite a croce della chiave a brugola da 6 mm.



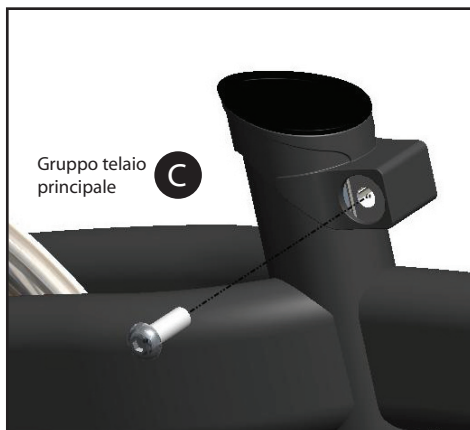
8. Una volta posizionato il manubrio, fissarlo con la maniglia a L piccola sul lato destro della cyclette (lato copricatena).



9. Premere il pulsante nero e ruotare la maniglia delle maniglie a L piccola e grande per posizionarla senza stringerla. Rilasciare il pulsante e lasciare che la maniglia si posizioni in sede per stringere o allentare una regolazione.

Montare il sellino

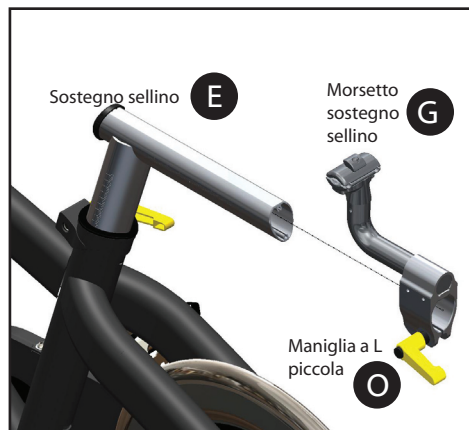
Nella dotazione della cyclette CycleOps Pro Series è stato incluso un sellino. Se si desidera, sulla cyclette può essere montato un sellino standardizzato per personalizzare adattamento, comportamento e corsa. In alcuni casi, per le persone di altezza inferiore a 1,50 metri è necessario un morsetto del sostegno sellino più corto. Se si desidera, contattare Saris Cycling Group per acquistare un morsetto del sellino corto.



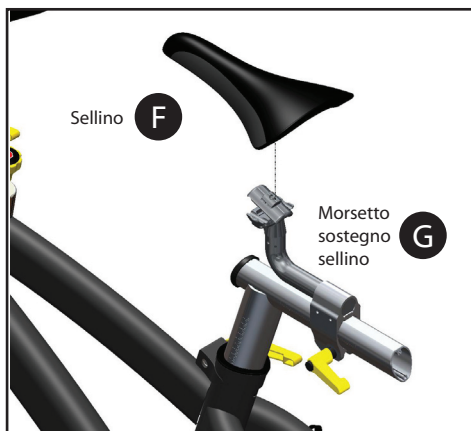
1. Rimuovere il bullone da 6 mm del gruppo telaio principale con la chiave a brugola da 6 mm. È possibile tenere il bullone da 6 mm al posto della maniglia a L grande per mantenere più stabile la regolazione dell'altezza del sostegno sellino.



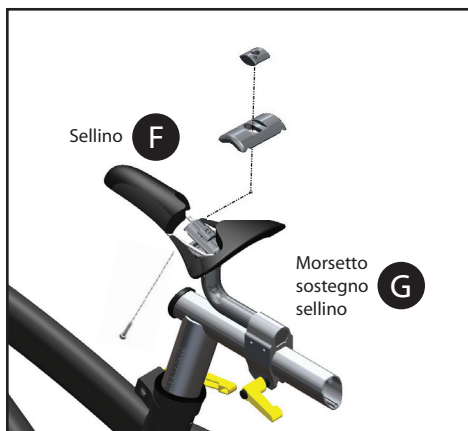
2. Inserire il sostegno manubrio nel tubo del sellino e fissarlo inserendo la maniglia a L grande nel gruppo telaio principale sul lato destro della cyclette (lato copricatena).



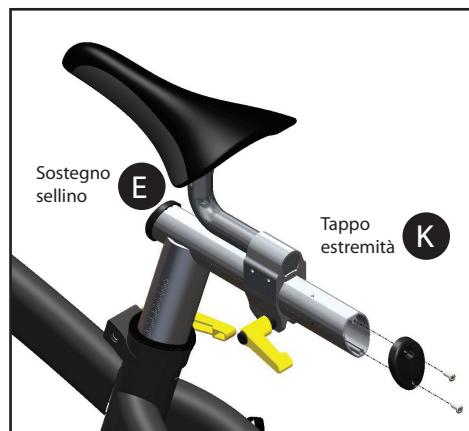
3. Montare il morsetto del sostegno sellino sul sostegno sellino. Una volta livellato il sellino, stringere bene con la maniglia a L piccola.



4. Montare il sellino sul morsetto del sostegno sellino.



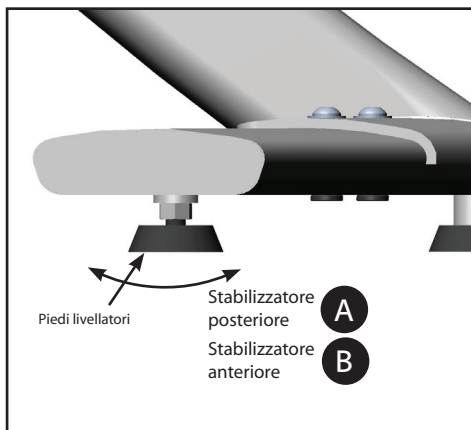
5. Allentare il bullone da 6 mm e posizionare le guide del sellino all'interno del morsetto. Regolare la posizione del sellino desiderata utilizzando la chiave a brugola da 6 mm.



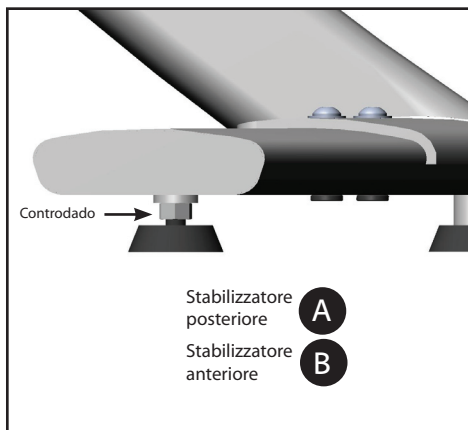
Fissare il tappo d'estremità in plastica al sostegno sellino con le apposite due viti utilizzando il lato cacciavite a croce della chiave a brugola da 6 mm.

Livellare la cyclette

Spostare la cyclette nel luogo di utilizzo e livellarla ruotando i piedi regolabili al di sotto degli stabilizzatori. Livellando la cyclette si favorisce la stabilità e il comfort di marcia, nonché la riduzione dell'usura del telaio. Se la regolazione è corretta, non si hanno movimenti oscillatori da un piede all'altro.



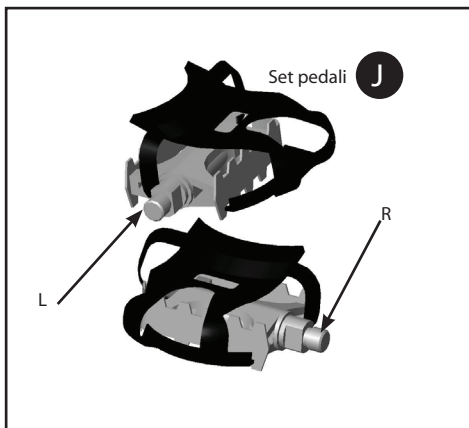
1. Se necessario, è possibile regolare i quattro piedi livellatori esterni. Ruotare i piedi stabilizzatori in senso orario per abbassare la cyclette. Ruotare i piedi stabilizzatori in senso antiorario per alzare la cyclette.



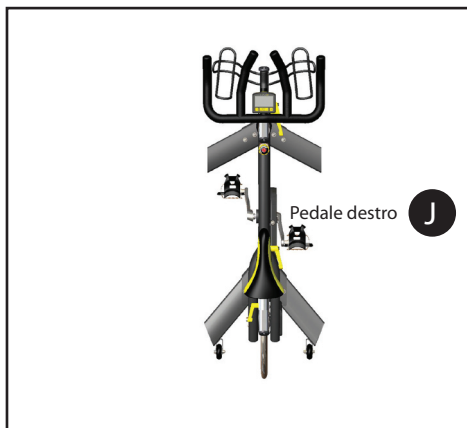
2. Fissare i piedi livellatori stringendo i controdadi con la chiave multiuso, livellandoli contro la parte inferiore dello stabilizzatore posteriore e/o anteriore.

Montare i pedali

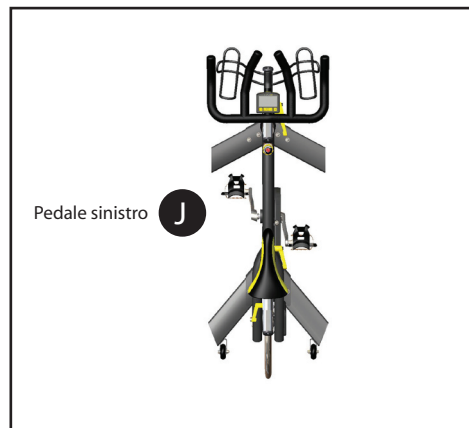
Nella dotazione della cyclette CycleOps Pro Series è stato incluso un set di pedali. Se si desidera, sulla cyclette CycleOps Pro Series può essere montato qualsiasi tipo di pedale standard per personalizzare adattamento, comportamento e corsa. Procedere all'installazione utilizzando le specifiche del produttore dei pedali. L'installazione non corretta può causare danni alla pedivella. I danni causati dall'installazione non corretta dei pedali non sono coperti dalla garanzia.



1. Montare i pedali sulla cyclette con la chiave multiuso in dotazione o una chiave per pedali (non compresa nella dotazione). Ciascun pedale è contrassegnato con una "R" o una "L" sull'alberino. Questo contrassegno indica il lato della cyclette su cui deve essere montato. È un'indicazione importante perché il senso della filettatura è diverso per ciascun pedale.



2. Individuare il pedale "R". Questo pedale va sul lato destro della cyclette (lato copricatena). Ruotare l'alberino in senso orario per stringere. Stringere i pedali utilizzando la chiave multiuso o una chiave per pedali a 300 in-lbs.



3. Individuare il pedale "L". Questo pedale va sul lato sinistro della cyclette (il lato senza copricatena). Ruotare l'alberino in senso antiorario per stringere, perché il pedale è filettato al contrario. Stringere i pedali utilizzando la chiave multiuso o una chiave per pedali a 300 in-lbs.

CAPITOLO 4: UTILIZZO GENERALE

La cyclette CycleOps Pro Series è semplice da utilizzare. Regolare il sellino e il manubrio per modificare la posizione durante la corsa. Regolare la resistenza per cambiare la velocità/frequenza di pedalata.

Regolare il sellino



1. Regolare la posizione del sellino per massimizzare l'efficacia dell'allenamento, il comfort, e ridurre il rischio di infortuni. Fermare il volano e scendere dalla cyclette prima di eseguire le regolazioni.



2. Ruotare la maniglia a L grande in senso antiorario per allentare. Alzare o abbassare il sostegno sellino all'altezza desiderata. Ruotare la maniglia a L grande in senso orario per stringere.



3. Ruotare la maniglia a L piccola in senso antiorario per allentare. Spostare il morsetto del sostegno sellino e il sellino in avanti o all'indietro per ottenere la posizione corretta. Ruotare la maniglia a L piccola in senso orario per stringere.

Regolare il manubrio



1. Regolare il manubrio per massimizzare il comfort o riprodurre la posizione durante la corsa su strada. Fermare il volano e scendere dalla cyclette prima di eseguire le regolazioni.



2. Ruotare la maniglia a L grande in senso antiorario per allentare. Alzare o abbassare il sostegno manubrio all'altezza desiderata. Ruotare la maniglia a L grande in senso orario per stringere.



3. Ruotare la maniglia a L piccola in senso antiorario per allentare. Spostare il manubrio in avanti o all'indietro per ottenere la posizione del manubrio corretta. Ruotare la maniglia a L piccola in senso orario per stringere.

Controllare la resistenza (solo 100 Pro, 200 Pro, 300 Pro)

La cyclette CycleOps Pro Series consente all'utente il controllo completo della resistenza regolando l'apposita manopola. Livelli di resistenza inferiori consentono ai pedali di ruotare a una velocità/frequenza di pedalata più elevata (meno impegnativa). Livelli di resistenza più elevati consentono ai pedali di ruotare a una velocità/frequenza di pedalata inferiore (più impegnativa).



1. Controllare la resistenza della pedalata utilizzando la manopola della resistenza posizionata dietro il manubrio sul tubo superiore del gruppo telaio principale.



2. Ruotare la manopola in senso orario (+) per aumentare la resistenza. Ruotare la manopola in senso antiorario (-) per ridurre la resistenza.



3. In caso di emergenza o prima di scendere dalla cyclette, premere direttamente sulla manopola della resistenza per fermare immediatamente il volano.

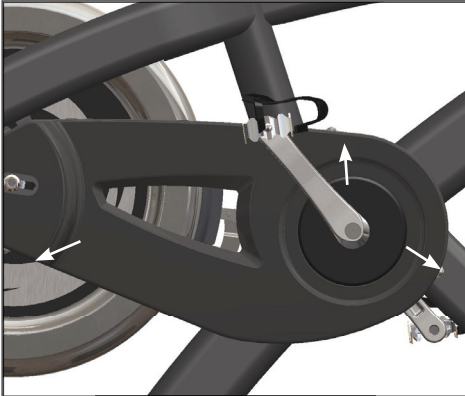
Regolare la resistenza (solo 400 Pro)

La resistenza della pedalata è controllata automaticamente dal display Joule, posizionato sul manubrio. Consultare il manuale utente Joule per ulteriori informazioni.

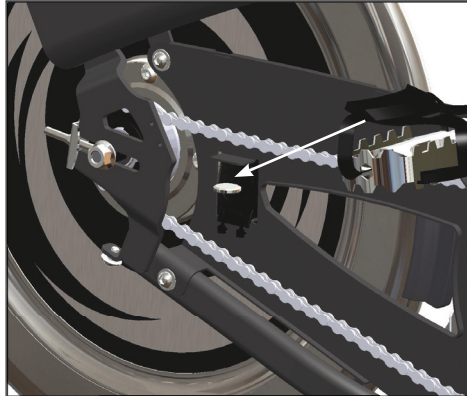
CAPITOLO 5: REGOLAZIONI GENERALI

Sostituire la batteria del sensore velocità (solo 200 Pro)

Con il tempo, la batteria al litio del sensore velocità dovrà essere sostituita. Vedere il capitolo "Manutenzione preventiva" per informazioni su quando è necessario sostituirla.



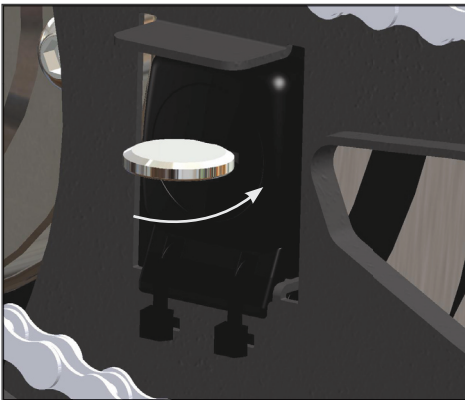
1. Utilizzando una chiave a brugola da 4 mm, rimuovere i tre bulloni del copricatena e togliere il copricatena.



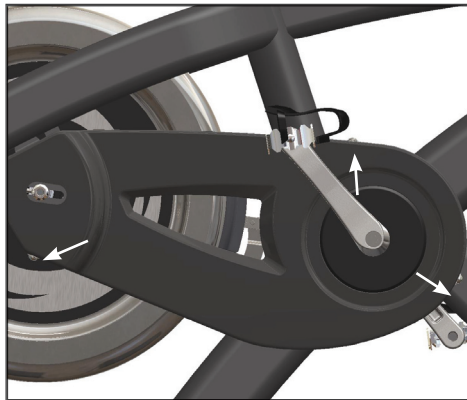
2. Individuare il sensore velocità accanto al mozzo.



3. Sostituire la batteria con una batteria CR2032 compatibile.



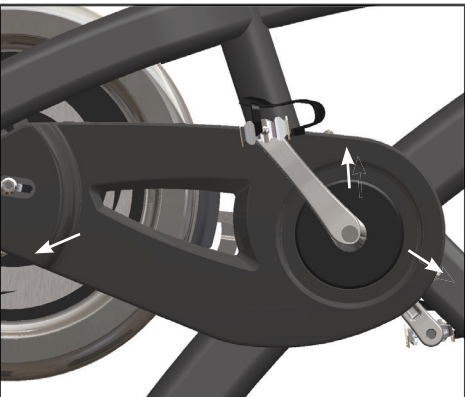
4. Utilizzando la batteria nuova, rimuovere il coperchio batteria sulla parte posteriore del sensore ruotando in senso antiorario di circa mezzo giro.



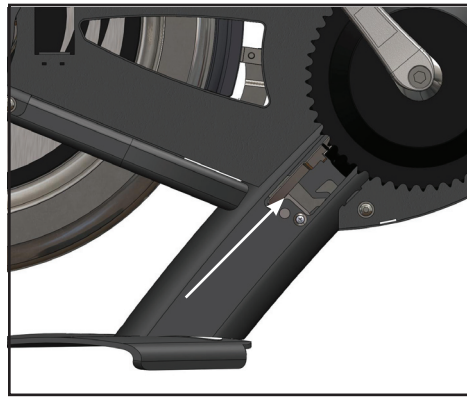
5. Utilizzando una chiave a brugola da 4 mm, e i tre bulloni del copricatena, rimontare il copricatena.

Sostituire la batteria del sensore per la frequenza di pedalata (solo 200 Pro)

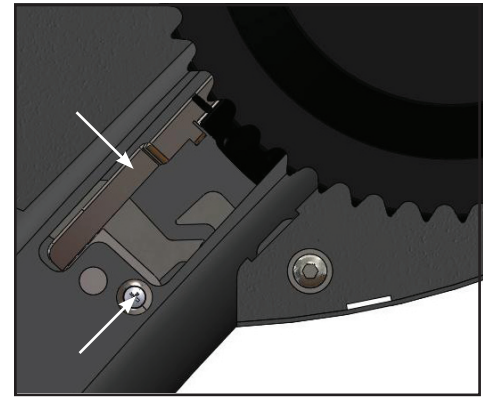
Con il tempo, la batteria al litio del sensore per la frequenza di pedalata dovrà essere sostituita. Vedere il capitolo "Manutenzione preventiva" per informazioni su quando è necessario sostituirla.



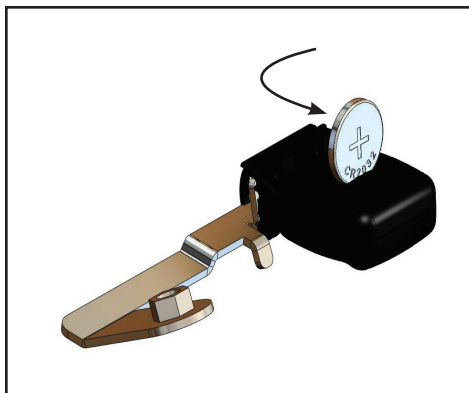
1. Utilizzando una chiave a brugola da 4 mm, rimuovere i tre bulloni del copricatena e togliere il copricatena.



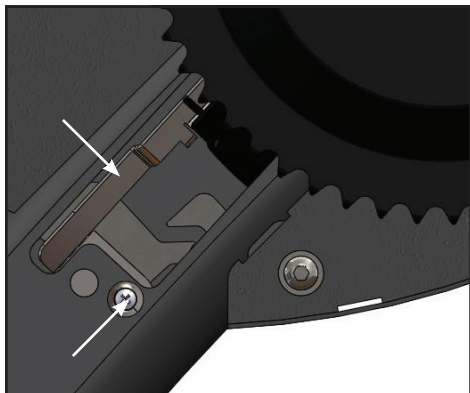
2. Individuare il sensore per la frequenza di pedalata all'interno del telaio principale.



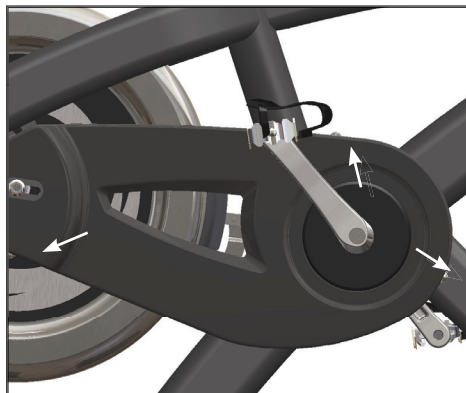
3. Utilizzando la chiave a brugola da 4 mm, rimuovere il bullone di montaggio del sensore per la frequenza di pedalata (prestando attenzione a tenere il braccio del sensore per evitare di farlo cadere nel telaio principale). Rimuovere il sensore per la frequenza di pedalata dal telaio principale facendolo scorrere.



4. Utilizzando la batteria nuova (CR2032 compatibile), rimuovere il coperchio batteria sulla parte posteriore del sensore per la frequenza di pedalata ruotando in senso antiorario di circa mezzo giro. Sostituire la batteria vecchia con quella nuova.



5. Fissare il sensore per la frequenza di pedalata al telaio principale utilizzando il bullone precedentemente rimosso e la chiave a brugola da 4 mm. Prestare attenzione a tenere il braccio del sensore per la frequenza di pedalata mentre si installa il bullone.

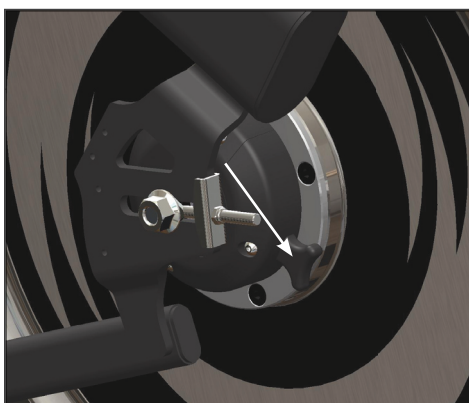


6. Utilizzando una chiave a brugola da 4 mm, e i tre bulloni del copricatena, rimontare il copricatena.

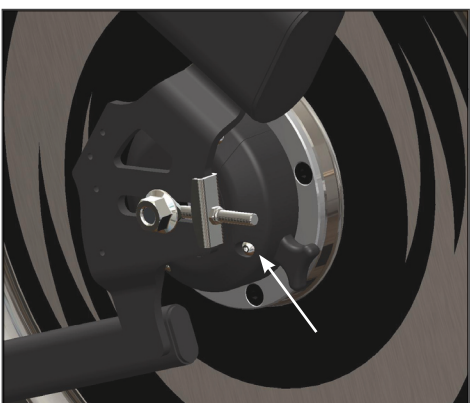
NOTA: una volta sostituita la batteria, Joule dovrà riacquisire il codice ID del sensore. Consultare il manuale utente Joule per le istruzioni (disponibile su www.cycleops.com).

Sostituire le batterie del mozzo (solo 400 Pro/300 Pro)

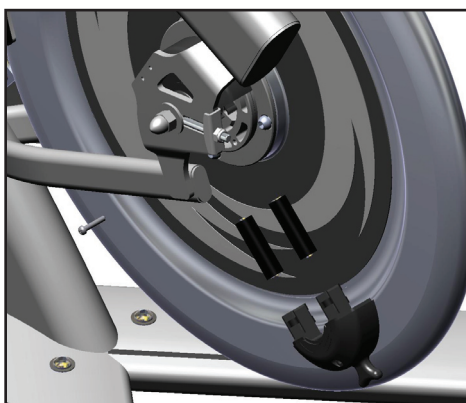
Con il tempo, le batterie che alimentano l'elettronica del mozzo dovranno essere sostituite. Vedere il capitolo "Manutenzione preventiva" per informazioni su quando è necessario sostituirle. La cyclette CycleOps Pro Series utilizza due batterie AA. Il coperchio batterie è diviso per agevolare il più possibile questa operazione.



1. Ruotare il volano per accedere al bullone sul lato maniglia del coperchio batterie.



2. Utilizzando una chiave a brugola da 2,5 mm, rimuovere il bullone del coperchio batterie. Estrarre il coperchio batterie in plastica dal mozzo utilizzando la maniglia stampata.



3. Sostituire le batterie, prestando estrema attenzione ad allineare correttamente i poli +/-, quindi riposizionare il coperchio batterie e stringere il bullone.

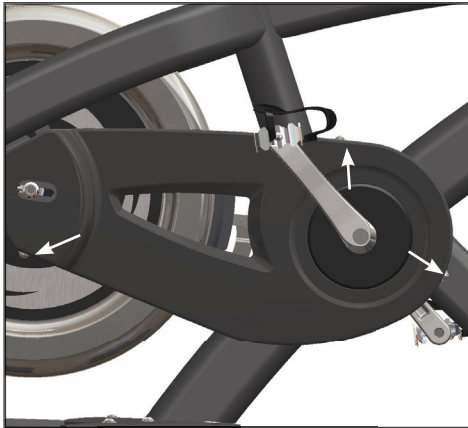
Regolare il volano/la tensione della catena

Con il tempo e dopo un utilizzo consistente, la catena della cyclette CycleOps Pro Series si allenterà. La regolazione della tensione/ dell'allineamento è un'operazione difficile e se non viene eseguita correttamente può portare all'usura prematura di catena/denti. Si consiglia di eseguire questa operazione con l'aiuto di un rivenditore di cyclette autorizzato. La tensione della catena è stata regolata correttamente quando si sente poco o nessun gioco durante la pedalata.

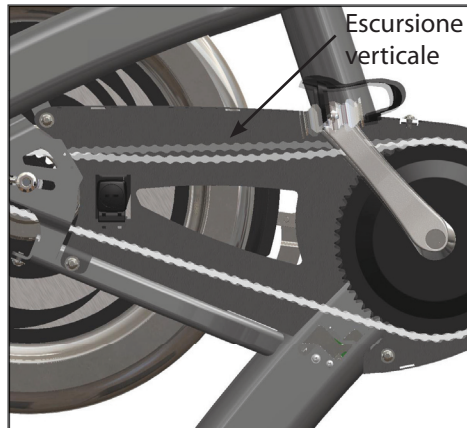
NOTA: Prestare attenzione a eseguire piccole regolazioni incrementali degli elementi di tensionamento su entrambi i lati del volano. La regolazione su un solo lato porterà all'allineamento non corretto del volano e all'usura e/o rumorosità indesiderata della trasmissione.

ATTENZIONE: la regolazione non corretta della catena causerà usura prematura con il rischio di invalidare la garanzia.

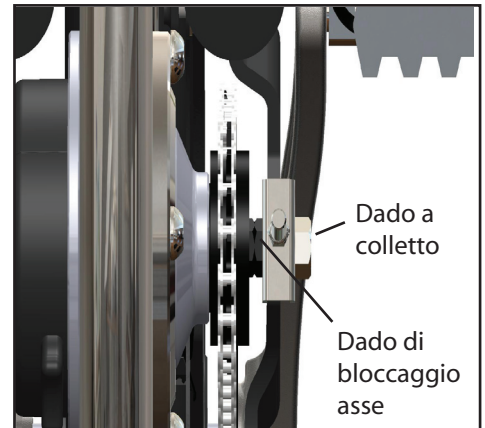
ATTENZIONE: MAI mettere le mani dentro o vicino alla trasmissione mentre è in movimento!



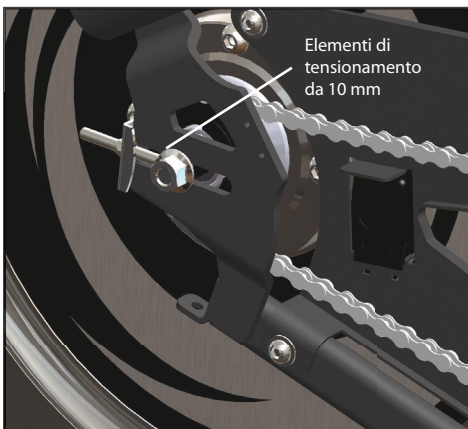
1. Utilizzando una chiave a brugola da 4 mm, rimuovere i tre bulloni del copricatena.



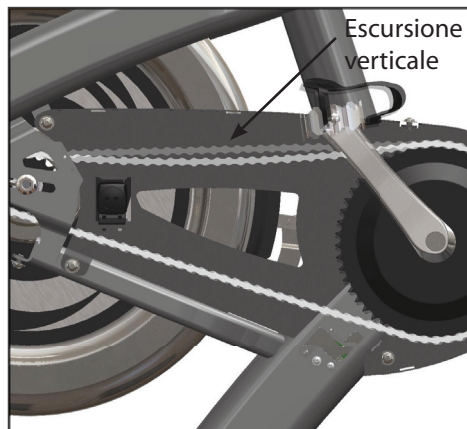
2. Tirare la catena verso il basso (a metà tra la corona e l'ingranaggio della catena) per misurare l'escursione verticale. L'escursione verticale deve essere circa 1/4". Un'escursione verticale significativamente superiore o inferiore a 1/4" deve essere regolata.



3. Utilizzare una chiave da 17 mm per tenere fermi i dadi di bloccaggio dell'asse. Non ruotare la chiave, serve solo da stabilizzatore. Con l'altra mano, utilizzare una chiave a tubo da 15 mm per allentare i dadi a colletto dell'asse. Ripetere la procedura su ciascun lato del volano.



4. Utilizzando una chiave a tubo da 10 mm, regolare gli elementi di tensionamento fino a ottenere la tensione della catena corretta su entrambi i lati.



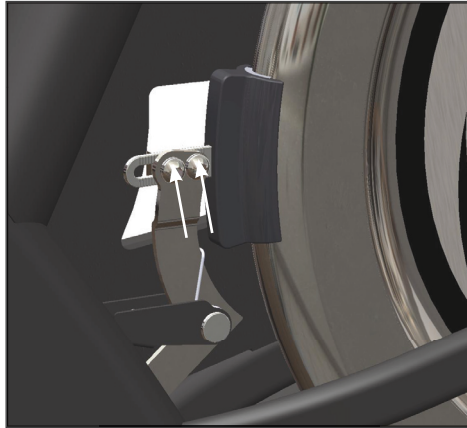
5. Tirare la catena verso il basso (a metà tra la corona e l'ingranaggio della catena) per misurare l'escursione verticale. L'escursione verticale deve essere circa 1/4" quando la catena è stata regolata correttamente. Stringere i dadi a colletto a 75 in-lbs. Non stringere eccessivamente.

Regolare la pastiglia del freno (solo 100 Pro, 200 Pro, 300 Pro)

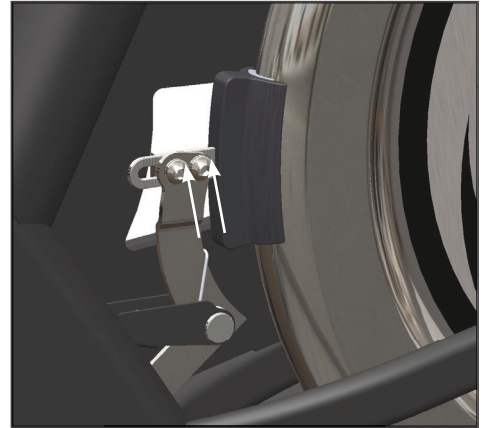
Il meccanismo del freno è stato regolato in fabbrica. Tuttavia, con il tempo, a causa dell'allentamento della catena e dell'usura della pastiglia del freno, potrebbe essere necessario regolarlo. Per sostituire/regolare la pastiglia del freno, attenersi alla procedura seguente:



1. Ruotare all'indietro (in senso antiorario) la manopola della resistenza finché non smette di girare. Quindi, ruotare in senso orario di 180 gradi (1/2 giro).



2. Allentare i bulloni di serraggio con una chiave a brugola da 5 mm. Allineare la pastiglia del freno facendola scorrere verso il volano. Fermarsi quando la pastiglia tocca il volano. Allineare l'arco della pastiglia del freno con l'arco del volano.



3. Stringere i bulloni di serraggio a 50 in-lbs. Quando regolata correttamente, la cyclette CycleOps Pro Series dovrebbe registrare circa 30 watt a 90 giri/min con la resistenza impostata al minimo (può essere verificato solo su 300 Pro).

Regolare la pastiglia del freno (solo 400 Pro)

Il meccanismo del freno è stato regolato in fabbrica ed è dotato di una pastiglia del freno regolata elettronicamente. Invece di regolare manualmente la pastiglia del freno, collegare la cyclette alla rete elettrica per 60 secondi e poi scollegarla. In questo modo la pastiglia del freno viene reimpostata e collocata nella posizione più estrema (resistenza più leggera).

CAPITOLO 6: MANUTENZIONE PREVENTIVA

L'esecuzione della manutenzione preventiva necessaria è fondamentale per mantenere la cyclette CycleOps Pro Series in condizioni di funzionamento ottimali. L'osservanza delle procedure di manutenzione consigliate contribuirà a prolungare la durata della cyclette CycleOps Pro Series.

GIORNALMENTE

Dopo ogni giorno di corsa con la cyclette, eseguire le seguenti operazioni:

- Rilasciare completamente la manopola della resistenza.
- Pulire il manubrio.
- Pulire il sellino/sostegno sellino.
- Pulire il volano.
- Pulire il telaio.
- Pulire il copricatena.
- Pulire la manopola della resistenza.
- Pulire il sostegno manubrio.
- Pulire gli stabilizzatori.

NOTA: non utilizzare mai detergenti abrasivi o solventi a base di petrolio quando si pulisce la cyclette. Sulle parti verniciate della cyclette è possibile utilizzare un normale lucidante per biciclette.

SETTIMANALMENTE

Oltre alla manutenzione giornaliera, eseguire le operazioni seguenti ogni settimana:

- Controllare e regolare la pastiglia del freno.
- Stringere correttamente i pedali e tutti gli elementi di montaggio del puntapiède (se applicabile). Stringere i pedali a 300 in-lbs.
- Controllare il gruppo di serraggio manubrio. Stringere il bullone di serraggio se allentato.
- Controllare il morsetto del sostegno sellino e il gruppo di serraggio. Stringere il bullone di bloccaggio se allentato.
- Controllare i piedi stabilizzatori. Stringere se necessario.
- Controllare il volano. Controllare che sia allineato correttamente. Stringere i dadi a colletto a 75 in-lbs.

MENSILMENTE

Oltre alla manutenzione giornaliera e settimanale, eseguire le operazioni seguenti ogni mese:

- Rimuovere il sostegno manubrio e il sostegno sellino e pulire entrambi i tubi, nonché l'interno dei manicotti in plastica. Controllare che non vi siano abrasioni sui manicotti. Sostituire se vi è scorrimento verticale.
- Pulire il lato inferiore dei piedi stabilizzatori.
- Pulire il volano con un detergente delicato o un panno umido.
- Controllare la tensione della catena per accertarne la regolazione corretta.
- Controllare l'usura delle pastiglie del freno. Sostituire le pastiglie se il feltro esposto è inferiore a 2 mm.

SEMESTRALMENTE

Oltre alla manutenzione giornaliera, settimanale e mensile, eseguire le operazioni seguenti ogni sei mesi:

- Lubrificare la catena utilizzando l'apposita apertura sulla parte posteriore del copricatena. Spruzzare abbondantemente la catena con un lubrificante a base di Teflon. Prestare attenzione a lubrificare ogni maglia. Prestare attenzione a non lubrificare eccessivamente la catena. Il lubrificante in eccesso gocciolerà con il rischio di macchiare pavimenti/tappeti.

ANNUALMENTE

Oltre alla manutenzione giornaliera, settimanale, mensile e semestrale, eseguire le operazioni seguenti dopo un utilizzo prolungato (può essere annualmente o meno):

- Applicare un leggero strato di grasso di litio sui filetti dei bulloni stabilizzatori, dei piedi stabilizzatori e dei pedali. Questo evita che i componenti si blocchino con l'andare del tempo.
- Sostituire le batterie nel mozzo o nel sensore.

CAPITOLO 7: ELETTRONICA

La cyclette CycleOps Pro Series (200 Pro, 300 Pro e 400 Pro) comprende il display Joule. Visitare il sito www.cycleops.com per ulteriori informazioni sul Joule. Alcune informazioni specifiche relative alla cyclette CycleOps Pro Series comprendono:

- Montaggio della staffa Joule e del Joule
- Regolazione della resistenza controllata

Specifiche tecniche:

Limite di peso 300 libbre

Intervallo altezza standard 5'5" - 6'6"

Fattore Q 168 mm (da esterno a esterno)

Lunghezza braccio della pedivella 170 mm

Precisione PowerTap +/-1,5% (solo 400 Pro/300 Pro)

Trasmissione segnale: ANT+

Temperatura operativa da 0 a 40 gradi Celsius o da 32 a 104 Fahrenheit

Durata batteria (mozzo) 1000 ore circa

Durata batteria (Joule) 20 ore circa

Tipo batteria mozzo: due batterie AA da 1,5 volt

Tipo batteria Joule: ricaricabile

Coppia di serraggio bullone di fissaggio mozzo libero 300 inch-lbs.

CAPITOLO 8: INTERFERENZE DA RADIOFREQUENZA (RF)

Le interferenze da radiofrequenza (RF) con altri dispositivi può causare la perdita saltuaria di informazioni. Access point Internet wireless, forni a microonde, telefoni cordless o altri dispositivi wireless possono provocare interferenze di frequenza. Per ridurre la probabilità di interferenze, impostare gli access point wireless sul canale più basso possibile e tenere le cyclette lontane dai dispositivi generatori di interferenze. Per cambiare il canale sull'access point, consultare la documentazione del produttore.

CycleOps utilizza la tecnologia ANT+ per assicurare una connessione stabile e affidabile tra i vari sensori utilizzati nei nostri prodotti. I sensori sono definiti come sensori dei misuratori di potenza, sensori della fascia pettorale per la misurazione della frequenza cardiaca, sensori velocità e sensori della resistenza controllata.

Dichiarazione di conformità per FCC e Industry Canada:

Il presente dispositivo è conforme all'Industry Canada e alla Parte 15 delle regole FCC. Il funzionamento è soggetto alle seguenti due condizioni: (1) Il dispositivo non può causare interferenze dannose e (2) il dispositivo deve accettare qualsiasi interferenza ricevuta, incluse le interferenze che potrebbero provocarne un funzionamento anomalo.

Il termine "IC" davanti al numero di certificazione radio significa solo che sono state soddisfatte le specifiche tecniche di Industry Canada.

Cambiamenti o modifiche al dispositivo non espressamente approvate dalla parte responsabile della conformità alla normativa FCC (il produttore) potrebbero invalidare l'autorità dell'utente a far funzionare l'attrezzatura.

L'attrezzatura è stata sottoposta a verifiche e ritenuta conforme ai limiti stabiliti per i dispositivi di Classe B, inclusi nella Parte 15 delle regole FCC. Tali limiti sono stabiliti al fine di fornire una protezione contro le interferenze dannose derivanti da un'installazione residenziale. Questa attrezzatura genera, utilizza e può irradiare energia di frequenza radio e, se non installata e utilizzata in base alle istruzioni, può causare interferenze dannose alle comunicazioni radio. Tuttavia, non si fornisce alcuna garanzia che non si verificheranno interferenze in determinate installazioni.

Se l'attrezzatura dovesse causare interferenze dannose per la ricezione radio o televisiva, che possono essere accertate accendendo e spegnendo l'attrezzatura, si invita l'utente a tentare di correggere l'interferenza adottando una o più delle misure seguenti:

- Riorientare o riposizionare l'antenna ricevente.
- Aumentare la distanza che separa attrezzatura e ricevitore.
- Collegare l'attrezzatura a una presa su un circuito diverso da quelle a cui è collegato il ricevitore.
- Consultare il rivenditore o un tecnico radio/TV esperto per assistenza.

CAPITOLO 9: PRECAUZIONI IMPORTANTI

È responsabilità del proprietario assicurare che tutti gli utenti di questa cyclette CycleOps Pro Series siano adeguatamente informati di tutte le avvertenze e precauzioni. In caso di domande concernenti il presente manuale, contattare il Servizio clienti al numero indicato sul retro del manuale.

ATTENZIONE: consultare sempre un medico prima di iniziare o modificare un programma di esercizi.

- Smettere gli esercizi qualora si avvertisse qualsiasi tipo di malessere, compresi, senza tuttavia limitarsi a: dolori al petto, nausea, capogiri o difficoltà respiratorie e consultare un medico prima di proseguire l'allenamento.
- Indossare sempre calzature adatte quando si utilizza questa attrezzatura.
- Non saltare sulla cyclette.
- Tenere il cavo di alimentazione lontano dalle superfici riscaldate (solo 400 Pro).
- Scollegare la cyclette dalla rete elettrica prima di spostarlo o pulirla (solo 400 Pro). Per pulire le superfici, utilizzare solo sapone e un panno leggermente umido; non utilizzare mai solventi (vedere il capitolo Manutenzione preventiva).
- Non deve esservi mai più di una persona sulla cyclette durante l'utilizzo.
- Questa cyclette non deve essere utilizzata da persone di peso superiore a 300 libbre. La mancata osservanza di questa disposizione invaliderà la garanzia.
- Non utilizzare questa cyclette in ambienti in cui la temperatura non sia controllata, come, senza tuttavia limitarsi a, garage, verande, locali piscina, bagni o all'aperto. La mancata osservanza di questa disposizione rischia di invalidare la garanzia.
- Utilizzare la cyclette solo secondo quanto descritto nel presente manuale.

CAPITOLO 10: GARANZIA

Garanzia del produttore (in condizioni di utilizzo normali)

Telaio: a vita (utilizzo domestico) quindici anni (utilizzo commerciale)

Gruppo telaio principale

Stabilizzatori

Componenti: tre anni

Esclusi i componenti soggetti a usura:

Pastiglie del freno

Catena

Denti di arresto

Pedali

Manicotto del sostegno sellino

Manicotto del manubrio

Elettronica: un anno

In caso di problema di garanzia, Saris Cycling Group, Inc. riparerà o sostituirà l'articolo a sua discrezione. Saris Cycling Group, Inc. non è in alcun modo responsabile delle spese indirette o consequenziali né dei danni associati alla garanzia del prodotto. I nostri prodotti non sono coperti da garanzia nei casi in cui sono evidenti segni di abuso, manutenzione o installazione non corretta, urti, utilizzo del prodotto con componenti non compatibili o per scopi diversi da quello per cui il prodotto è stato concepito. La presente garanzia decade anche se il prodotto è stato modificato rispetto alla forma originale, comprese le modifiche estetiche, ai numeri di serie e ai loghi.

Procedure di garanzia: se si riscontra il funzionamento non corretto di un componente di una cyclette CycleOps Pro Series, controllare ed eliminare i problemi al sistema meglio possibile. In molti casi le soluzioni possono rivelarsi semplicissime, come ad esempio la sostituzione di una batteria o la regolazione di un sensore. Spesso i particolari possono essere fatti riparare presso un negozio specializzato invece di essere rispediti per la riparazione, opzione dispendiosa in termini di tempo e di denaro. Per usufruire della garanzia per la cyclette CycleOps Pro Series, restituire il prodotto presso il luogo di acquisto o contattare Saris Cycling Group, Inc. al numero 1-800-783-7257.

Copyright

Copyright 2009. Tutti i diritti riservati. Nessuna porzione della presente pubblicazione deve essere copiata, fotografata, riprodotta, tradotta, trasmessa elettronicamente o trasferita su supporti digitali senza il previo consenso scritto di Saris Cycling Group, Inc.

Marchi di fabbrica

Saris Cycling Group, Inc., CycleOps e il logo PowerTap sono marchi registrati di Saris Cycling Group, Inc. Tutti gli altri prodotti, marchi o nomi depositati utilizzati nel presente manuale possono essere marchi di fabbrica o marchi di fabbrica registrati dei rispettivi proprietari.

Modifiche

Saris Cycling Group, Inc. si riserva il diritto di migliorare e/o aggiornare i prodotti ivi descritti in qualsiasi momento senza preavviso.

CycleOps Pro Series-indoorfietsen

Gebruikershandleiding

400 Pro

300 Pro

200 Pro

100 Pro



CycleOps
POWER



INHOUDSOPGAVE

HOOFDSTUKKEN:

1. ALVORENS VAN START TE GAAN	1
2. DE CYCLEOPS PRO SERIES-INDOORFIETS UITPAKKEN	2
3. MONTAGE VAN DE INDOORFIETS	3
Steunvoeten bevestigen	
Stuur bevestigen	
Zadel bevestigen	
De indoorfiets gelijkstellen	
Pedalen bevestigen	
4. ALGEMEEN GEBRUIK	6
Zadel afstellen	
Stuur afstellen	
Weerstand afstellen	
5. GEWONE AFSTELLINGEN	8
Batterij van de snelheidssensor vervangen	
Batterij van de cadanssensor vervangen	
Batterijen van de hub vervangen	
Vliegwielen/kettingspanning afstellen	
Remschoenen afstellen	
6. PREVENTIEF ONDERHOUD	10
7. ELEKTRONICA	11
8. RADIOFREQUENTIE-INTERFERENTIE (RF)	12
9. BELANGRIJKE VOORZORGSMATREGELEN	12
10. GARANTIE	13

HOOFDSTUK 1: ALVORENS VAN START TE GAAN

Gefeliciteerd met uw keuze voor de CycleOps Pro Series-indoorfiets! De CycleOps Pro Series-indoorfiets voert het indoorfietsen naar een hoger niveau, omdat het de enige indoorfiets is die zit, aanvoelt en rijdt als een wegfiets.

Gebruikershandleiding van de CycleOps Pro Series-indoorfiets voor:

- 400 Pro
- 300 Pro
- 200 Pro
- 100 Pro

Lees deze handleiding om:

- De indoorfiets te monteren
- De indoorfiets te gebruiken
- Gewone afstellingen te doen

Surf naar www.cycleops.com voor meer informatie over Saris Cycling Group en de CycleOps Pro Series-indoorfiets:

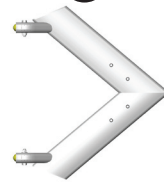
- Registreer uw product voor uw garantie
- Raadpleeg de veelgestelde vragen
- Bekijk de instructievideo's
- Raadpleeg de productupdates en de technische bijwerkingen van CycleOps
- Schrijf u in voor de CycleOps Power-nieuwsbrief
- Kom meer te weten over krachttraining

HOOFDSTUK 2: DE CYCLEOPS PRO SERIES-INDOORFIETS UITPAKKEN

Zet de doos recht en snij de plastic bindingsriemen door. Verwijder het deksel van de doos, zodat u de indoorfiets en de verpakking kunt zien. Verwijder alle onderdelen uit de doos, met inbegrip van de schuimopvulstukken. Controleer of alle onderstaande onderdelen aanwezig zijn:

	Naam	Aantal
A	Achterste steunvoet	1
B	Voorste steunvoet	1
C	Gemonteerd fietskader	1
D	Stuurpen (korter, meet 46 cm)	1
E	Zadelpen (langer, meet 58 cm)	1
F	Zadel	1
G	Zadelpenklem	1
H	Stuur	1
I	Drinkfleshouder	1
J	Pedalensetje	1
K	Eindkappen	2
L	Eindkapschroeven	4
M	Drinkflesafstandsring	1
N	Grote L-hendels	2
O	Kleine L-hendels	2
P	Steunvoetbouten	8
Q	Steunvoetsluitringen	8
R	Veelzijdige sleutel	1
S	Inbussleutel van 6 mm met een kruiskopschroevendraaier aan het uiteinde	1
T	Inbussleutel van 5 mm	1
U	Inbussleutel van 4 mm	1
V	Inbussleutel van 3 mm	1

Achterste steunvoet



Voorste steunvoet



Gemonteerd fietskader



Stuurpen



Zadelpen



Zadel



Zadelpenklem



Stuur



Drinkfleshouder



Pedalensetje



Eindkappen



Eindkapschroeven



Drinkflesafstandsring



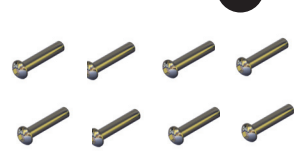
Grote L-hendels



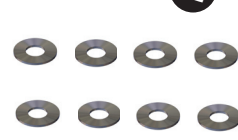
Kleine L-hendels



Steunvoetbouten



Steunvoetsluitringen



Veelzijdige sleutel



Inbussleutel van 6 mm met een kruiskopschroevendraaier aan het uiteinde



Inbussleutel van 5 mm



Inbussleutel van 4 mm



Inbussleutel van 3 mm

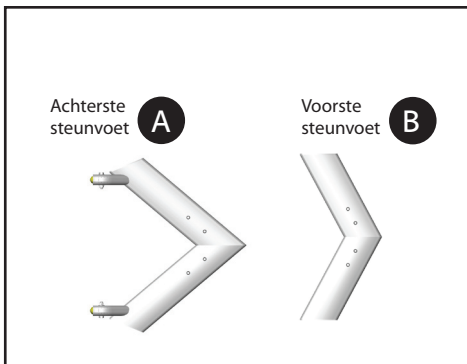


Extra gereedschap dat handig kan zijn:

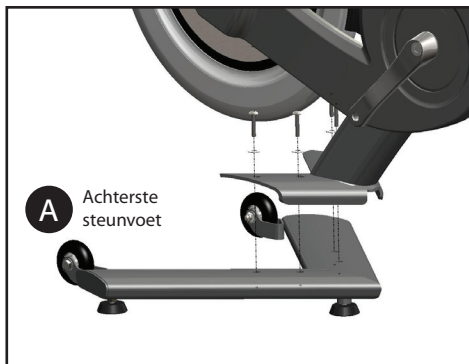
- Griptang of klein kleminstrument
- Steeksleutel 17 mm
- Ringsleutel van 15 mm
- Ringsleutel van 10 mm
- Tang
- Pedaalsleutel
- Inbussleutel van 2,5 mm

HOOFDSTUK 3: MONTAGE VAN DE INDOORFIETS

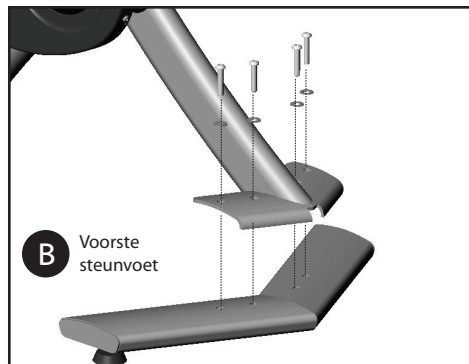
Steunvoeten bevestigen



1. Merk het verschil op tussen de steunvoeten vooraan en achteraan. De grootste steunvoet met wieljes moet achteraan op de indoorfiets gemonteerd worden (onder het vlieg wiel).

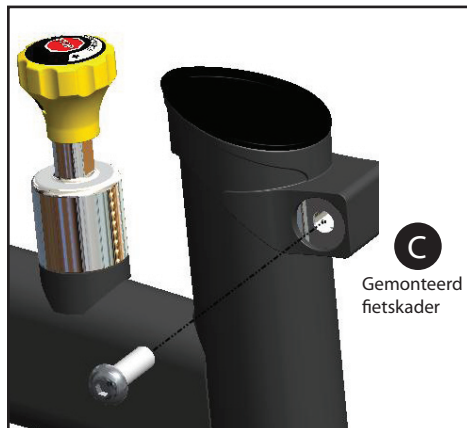


2. Gebruik de inbussleutel van 5 mm om de achterste steunvoet aan de achterkant van het fietskader te bevestigen met vier steunvoetbouten van 5 mm en vier steunvoetsluitringen. Haal eerst de binnenbouten aan en vervolgens de buitenbouten, zodat de voet correct en gelijk wordt vastgezet.

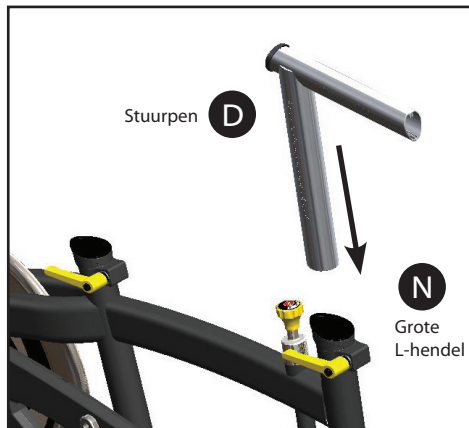


3. Gebruik de inbussleutel van 5 mm om de voorste steunvoet aan de voorkant van het fietskader te bevestigen met vier steunvoetbouten van 5 mm en vier steunvoetsluitringen. Haal eerst de binnenbouten aan en vervolgens de buitenbouten, zodat de voet correct en gelijk wordt vastgezet.

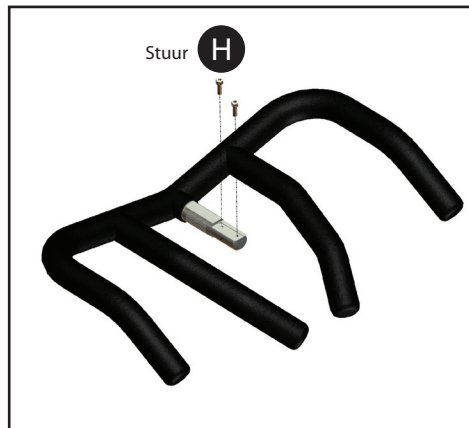
Stuur bevestigen



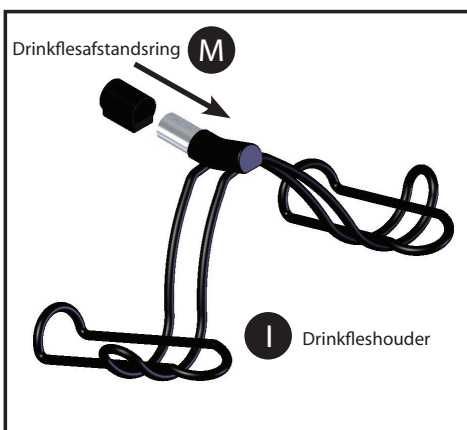
1. Gebruik de inbussleutel van 6 mm om de bout van 6 mm in het gemonteerde fietskader te verwijderen. U kunt de bout van 6 mm behouden in plaats van de grote L-hendel als u de stuurhoogte permanent wilt vastzetten.



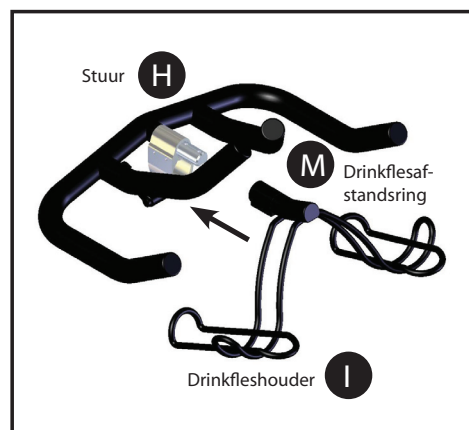
2. Schuif de stuurpen in de hoofdbuis en zet de pen vast door de grote L-hendel aan de rechterkant van de indoorfiets (aan de kant van de kettingkast) in het gemonteerde fietskader te schuiven.



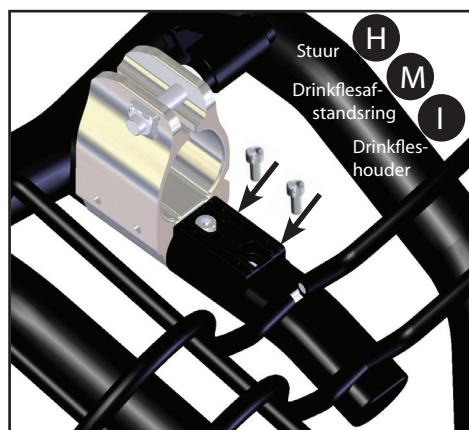
3. Verwijder de twee afstandsbouten en sluitringen van het stuur met de inbussleutel van 4 mm.



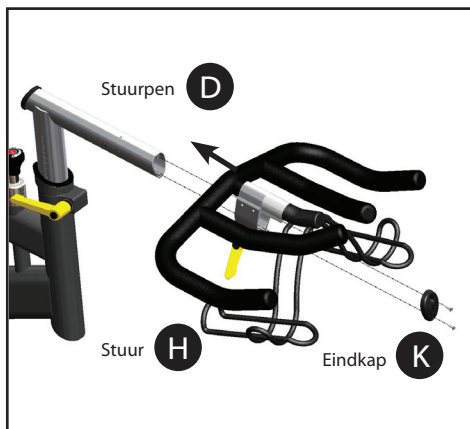
4. Schuif de drinkflesafstandsring over de D-vormige buis op de drinkfleshouder.



5. Schuif de drinkfleshouder en de drinkflesafstandsring op het stuur.



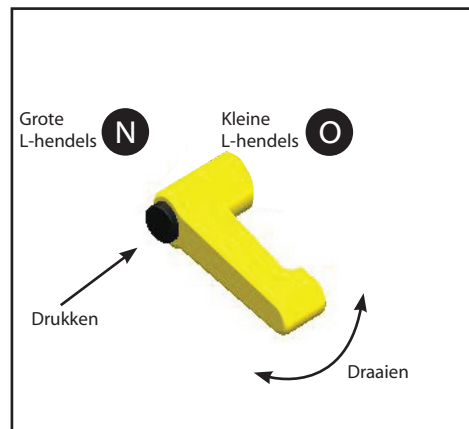
6. Zet de drinkfleshouder en het stuursamen vast met de twee vooraf verwijderde afstandsschroeven van 4 mm en sluitringen aan de onderkant van het stuur.



7. Schuif het stuursamenstel voorzichtig op de stuurpen. Gebruik de kruiskopschroevendraaierkant van de inbussleutel van 6 mm om de plastic eindkap op de stuurpen met twee eindkapschroeven vast te zetten.



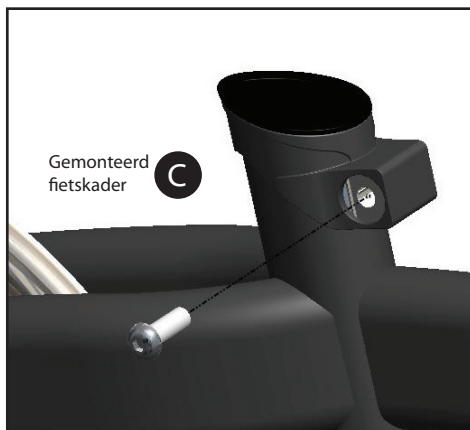
8. Zet het stuur vast met de kleine L-hendel aan de rechterkant van de indoorfiets (kant van de kettingkast) wanneer u het stuur gemonteerd hebt.



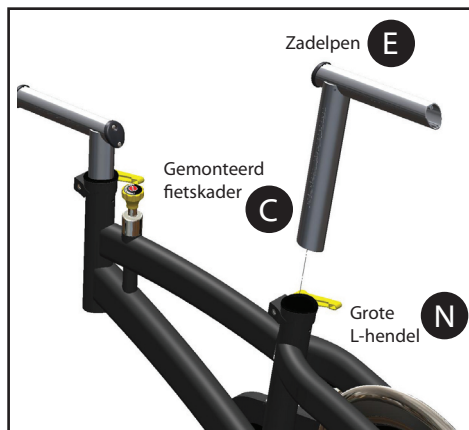
9. Druk op de zwarte knop en draai aan de kleine en grote L-hendels om de hendel af te stellen zonder hem vast te zetten. Laat de knop los, zodat u met de hendel het zadel kunt vastzetten of losmaken.

Zadel bevestigen

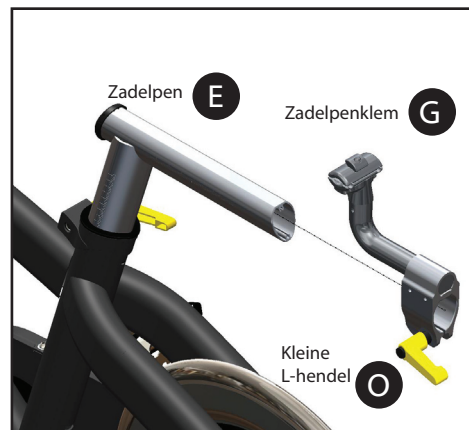
De CycleOps Pro Series-indoorfiets wordt geleverd met een zadel. Als u dat wenst, kan de indoorfiets uitgerust worden met een kant-en-klaar zadel om de maat, het aanvoelen en het rijden persoonlijker te maken. Personen die kleiner zijn dan 1,52 m hebben een kortere zadelpenklem nodig. Neem in dat geval contact op met Saris Cycling Group om de korte zadelklem aan te schaffen.



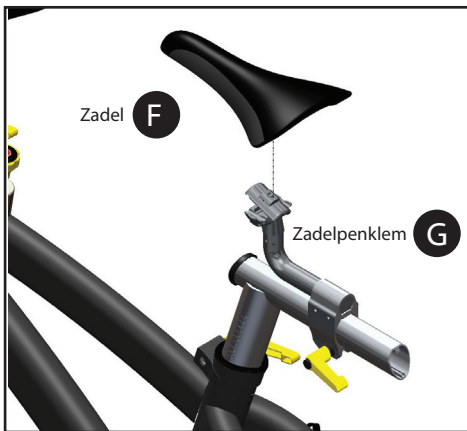
1. Gebruik de inbussleutel van 6 mm om de bout van 6 mm in het gemonteerde fietskader te verwijderen. U kunt de bout van 6 mm behouden in plaats van de grote L-hendel als u de hoogte van de zadelpen permanent wilt vastzetten.



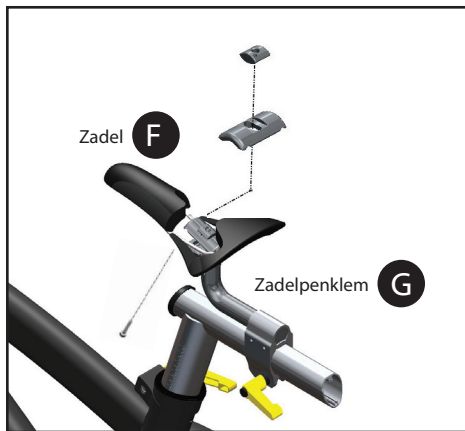
2. Schuif de zadelpen in de zadelpenbuis en zet de pen vast door de grote L-hendel aan de rechterkant van de indoorfiets (aan de kant van de kettingkast) in het gemonteerde fietskader te schuiven.



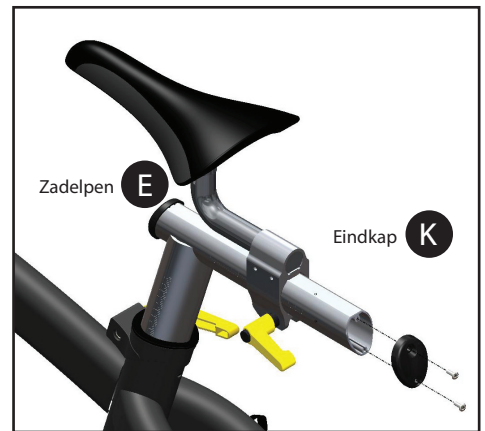
3. Bevestig de zadelpenklem op de zadelpen. Zet het zadel met de kleine L-hendel vast wanneer het recht staat.



4. Bevestig het zadel aan de zadelpenklem.



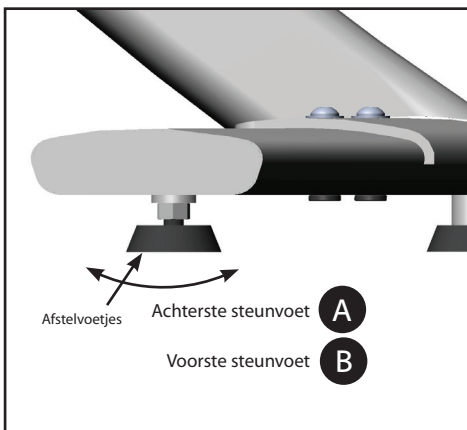
5. Schroef de bout van 6 mm los en rust de klem uit met zadelrails. Stel het zadel af met de inbussleutel van 6 mm tot op de gewenste zadelstand.



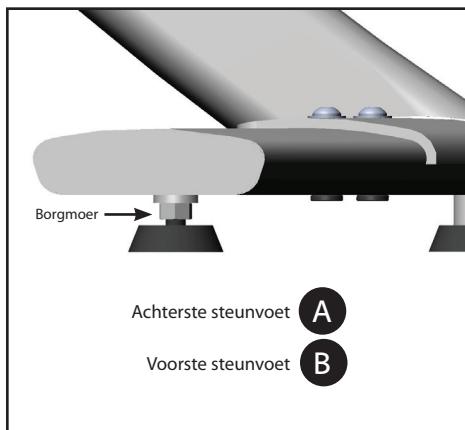
6. Gebruik de kruiskopschroevendraaierkant van de inbussleutel van 6 mm om de plastic eindkap op de zadelpen met twee eindkapschroeven vast te zetten.

De indoorfiets gelijkstellen

Breng de indoorfiets naar de plaats waar hij gebruikt zal worden en stel de fiets gelijk door aan de afstelbare voetjes onder de steunvoeten te draaien. Het gelijkstellen van uw indoorfiets zorgt voor een stabielere en snellere rit en vermindert de slijtage van het kader. Wanneer de fiets correct is afgesteld, hebt u geen last meer van schommelende bewegingen van de ene naar de andere steunvoet.



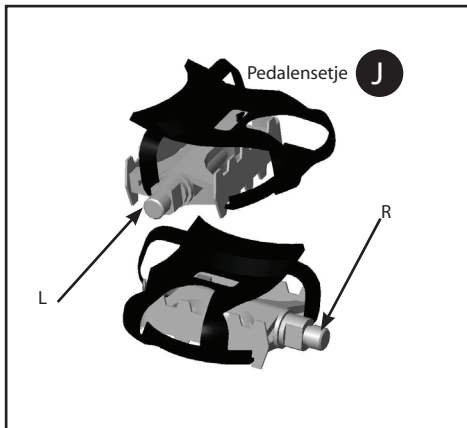
1. Indien nodig, kunnen de vier buitenste afstelvoetjes versteld worden. Draai de voetjes met de wijzers van de klok mee om de indoorfiets te verlagen. Draai de voetjes tegen de wijzers van de klok in om de indoorfiets te verhogen.



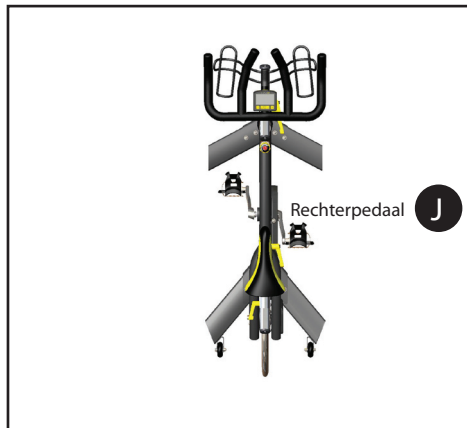
2. Zet de afstelvoetjes vast door de borgmoeren aan te halen met de veelzijdige sleutel tot tegen de onderkant van de achterste en/of voorste steunvoeten.

Pedalen bevestigen

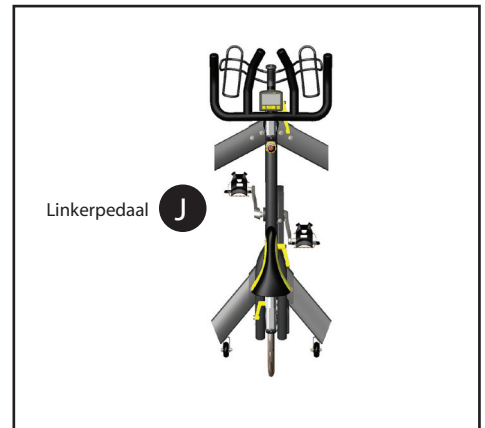
De CycleOps Pro Series-indoorfiets wordt geleverd met een pedalensetje. Als u dat wenst, kan de CycleOps Pro Series-indoorfiets uitgerust worden met om het even welke standaardpedalen om de maat, het aanvoelen en het rijden persoonlijker te maken. Monteer de pedalen in overeenstemming met de specificaties van de fabrikant. Verkeerde montage kan leiden tot schade aan de kruk. Schade veroorzaakt door verkeerde pedaalmontage wordt niet door de garantie gedekt.



1. Bevestig de pedalen op de indoorfiets met de meegeleverde veelzijdige sleutel of een pedaalsleutel (niet meegeleverd). Elke pedaal draagt een "R" of een "L" op de spil. Dit merkteken geeft aan langs welke kant van de indoorfiets de pedaal gemonteerd moet worden. Dit is belangrijk, omdat de schroefdraadrichting van de pedalen verschillend is.



2. Zoek de "R"-pedaal. Deze pedaal is bestemd voor de rechterkant van de indoorfiets (kant van de kettingkast). Draai de spil met de wijzers van de klok mee om de pedaal vast te draaien. Haal de pedalen aan met de veelzijdige sleutel of gebruik een pedaalsleutel tot 34 Nm.



3. Zoek de "L"-pedaal. Deze pedaal is bestemd voor de linkerkant van de indoorfiets (kant van de kettingkast). Draai de spil tegen de wijzers van de klok in om de pedaal vast te draaien. Deze pedaal is immers uitgerust met een omgekeerde schroefdraad. Haal de pedalen aan met de veelzijdige sleutel of gebruik een pedaalsleutel tot 34 Nm.

HOOFDSTUK 4: ALGEMEEN GEBRUIK

De CycleOps Pro Series-indoorfiets is heel gebruiksvriendelijk. Stel het zadel en het stuur af om uw rijhouding te wijzigen. Stel de weerstand af om de snelheid/cadans te wijzigen.

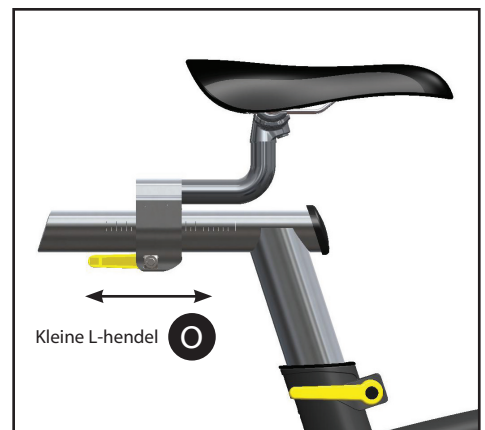
Zadel afstellen



1. Stel de stand van uw zadel af voor een maximale trainingsefficiëntie, comfort en minder risico op letsels. Stop het vlieg wiel en stap van de indoorfiets af, voordat u wijzigingen maakt.



2. Draai de grote L-hendel tegen de wijzers van de klok in om de zadelpen los te maken. Verhoog of verlaag de zadelpen tot de gewenste hoogte. Draai de grote L-hendel met de wijzers van de klok mee om de zadelpen opnieuw vast te zetten.

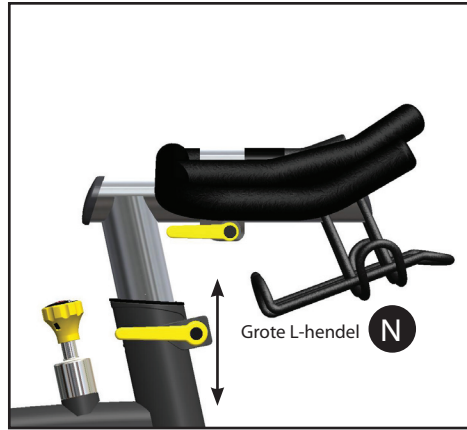


3. Draai de kleine L-hendel tegen de wijzers van de klok in om de zadelpenklem te openen. Verschuif de zadelpenklem en het zadel naar voor of naar achter om de correcte stand te bepalen. Draai de kleine L-hendel met de wijzers van de klok mee om de zadelpenklem te sluiten.

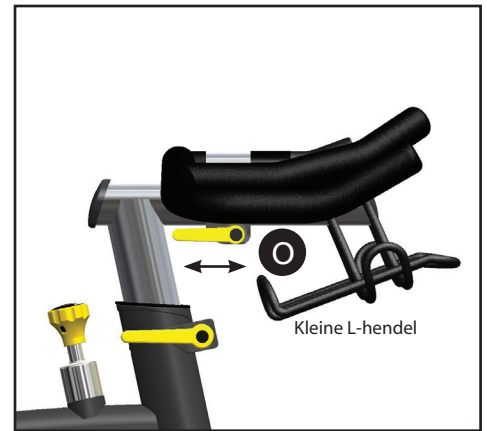
Stuur afstellen



1. Stel het stuur af om uw comfort te vergroten of om de rijhouding op een wegfiets na te bootsen. Stop het vliegwiel en stap van de indoorfiets af, voordat u wijzigingen maakt.



2. Draai de grote L-hendel tegen de wijzers van de klok in om de stuurpen los te maken. Verhoog of verlaag de stuurpen tot de gewenste hoogte. Draai de grote L-hendel met de wijzers van de klok mee om de stuurpen opnieuw vast te zetten.



3. Draai de kleine L-hendel tegen de wijzers van de klok in om het stuur los te maken. Verschuif het stuur naar voor of naar achter om de correcte stand te bepalen. Draai de kleine L-hendel met de wijzers van de klok mee om het stuur opnieuw vast te zetten.

Weerstand regelen (uitsluitend 100 Pro, 200 Pro, 300 Pro)

Dankzij de weerstandsknop van de CycleOps Pro Series-indoorfiets kan de gebruiker de weerstand vrij regelen. Bij een lagere weerstand kunt u de pedalen sneller (gemakkelijker) doen draaien. Bij een hogere weerstand draaien de pedalen trager (moeilijker).



1. Regel de pedaalweerstand met de weerstandsknop achter het stuur op de bovenste buis van het gemonteerde fietskader.



2. Draai de knop met de wijzers van de klok mee (+) om de weerstand te verhogen. Draai de knop tegen de wijzers van de klok in (-) om de weerstand te verlagen.



3. Druk in een noodgeval of voordat u van de indoorfiets afstapt onmiddellijk op de weerstandsknop om het vliegwiel abrupt te stoppen.

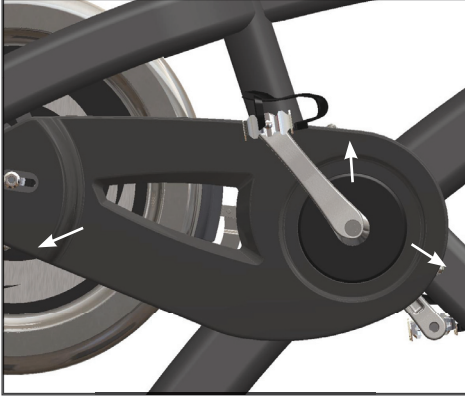
Weerstand afstellen (uitsluitend 400 Pro)

De pedaalweerstand wordt automatisch gestuurd door het Joule-display op het stuur. Raadpleeg de Joule-gebruikershandleiding voor meer informatie.

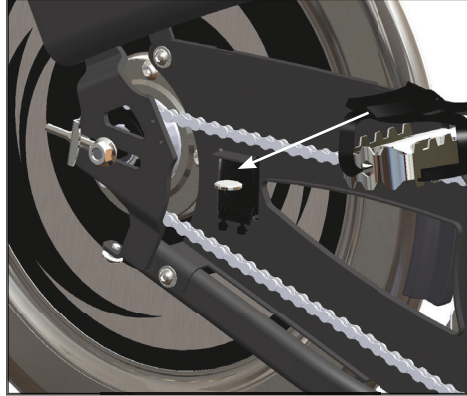
HOOFDSTUK 5: GEWONE AFSTELLINGEN

Snelheidssensorbatterij vervangen (uitsluitend 200 Pro)

Na verloop van tijd zult u de lithiumbatterij van de snelheidssensor moeten vervangen. Raadpleeg het hoofdstuk Preventief onderhoud om te weten wanneer dit moet gebeuren.



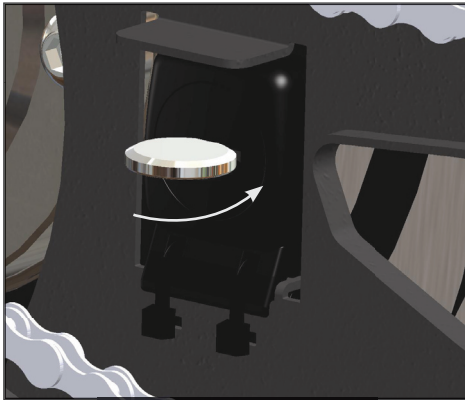
1. Gebruik een inbussleutel van 4 mm om de drie kettingkastbouten los te schroeven en verwijder de kettingkast.



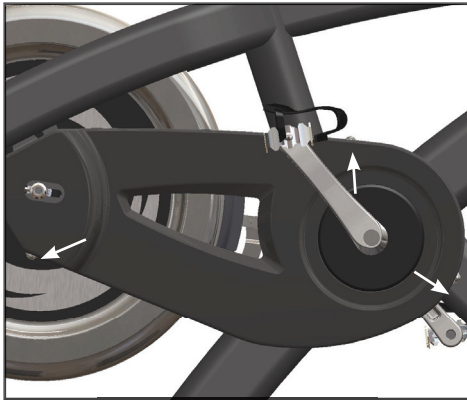
2. Zoek de snelheidssensor in de buurt van de hub.



3. Vervang de batterij met een compatibele CR2032.



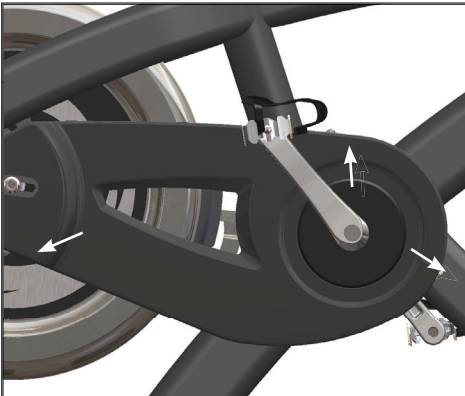
4. Gebruik de nieuwe batterij om het batterijdeksel aan de achterkant van de sensor te verwijderen door ongeveer een halve draai tegen de wijzers van de klok in te draaien.



5. Bevestig de kettingkast opnieuw met behulp van de inbussleutel van 4 mm en de drie kettingkastbouten.

Cadanssensorbatterij vervangen (uitsluitend 200 Pro)

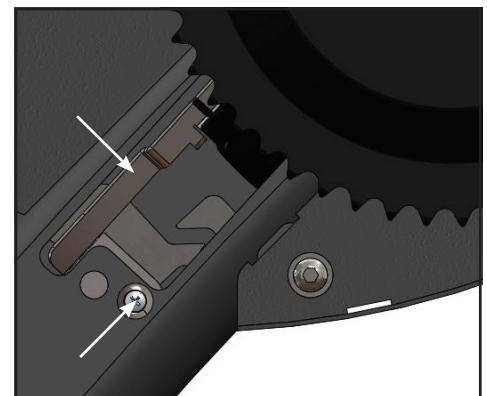
Na verloop van tijd zult u de lithiumbatterij van de cadanssensor moeten vervangen. Raadpleeg het hoofdstuk Preventief onderhoud om te weten wanneer dit moet gebeuren.



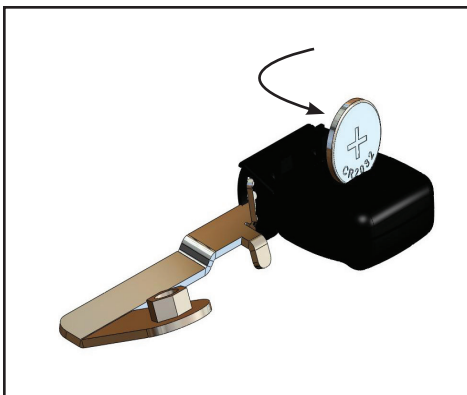
1. Gebruik een inbussleutel van 4 mm om de drie kettingkastbouten los te schroeven en verwijder de kettingkast.



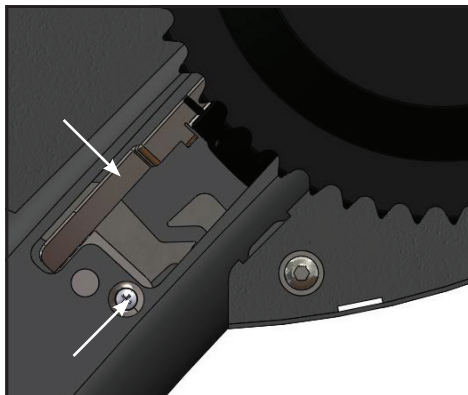
2. Zoek de cadanssensor in het fietskader.



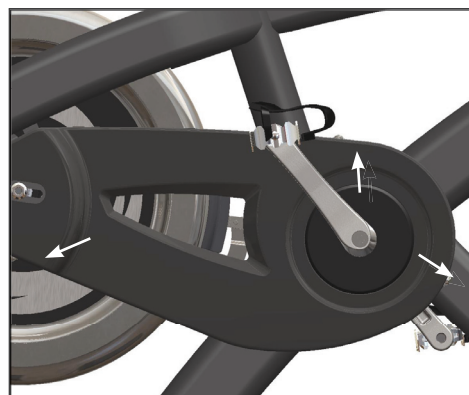
3. Gebruik een inbussleutel van 4 mm om de bout te verwijderen waarmee de cadanssensor bevestigd is (houd de cadanssensorarm vast, zodat de cadanssensor niet in het fietskader valt). Schuif de cadanssensor uit het fietskader.



4. Gebruik de nieuwe batterij (compatibele CR2032) om het batterijdeksel aan de achterkant van de cadanssensor te verwijderen door ongeveer een halve draai tegen de wijzers van de klok in te draaien. Vervang de oude batterij door de nieuwe.



5. Bevestig de cadanssensor opnieuw aan het fietskader met de verwijderde bout en de inbussleutel van 4 mm. Houd de cadanssensorarm vast, terwijl u de bout aanhaalt.

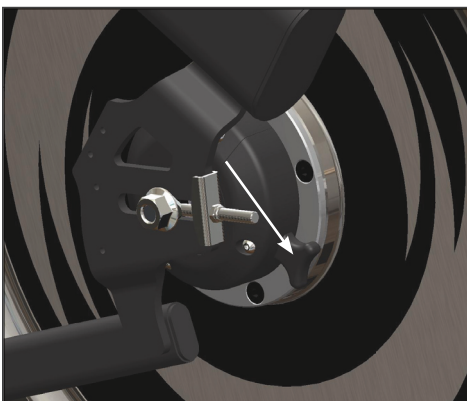


6. Bevestig de kettingkast opnieuw met behulp van de inbussleutel van 4 mm en de drie kettingkastbouten.

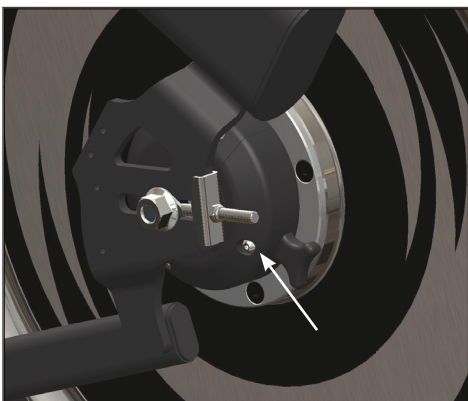
OPMERKING: Na het vervangen van de batterij moet Joule de gecodeerde ID voor de sensor opnieuw leren. Raadpleeg de Joule-gebruikershandleiding voor instructies (beschikbaar op www.cycleops.com).

Batterijen van de hub vervangen (uitsluitend 400 Pro/300 Pro)

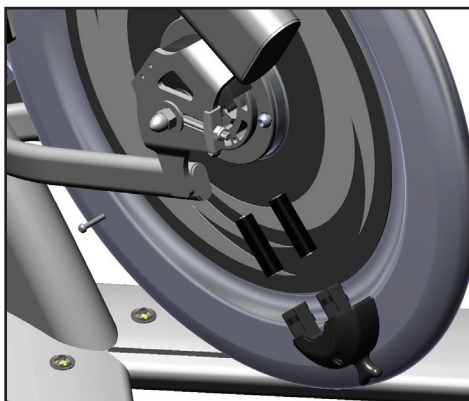
Na verloop van tijd zult u de batterijen die de elektronica in de hub aandrijven, moeten vervangen. Raadpleeg het hoofdstuk Preventief onderhoud om te weten wanneer dit moet gebeuren. De CycleOps Pro Series-indoorfiets maakt gebruik van twee AA-batterijen. De batterijkap is gespleten om deze taak zo eenvoudig mogelijk te maken.



1. Draai het vliegwiel om de bout te bereiken aan de kant van de hendel van de batterijkap.



2. Verwijder de bout op de batterijkap met een inbussleutel van 2,5 mm. Gebruik de gegoten hendel om de plastic batterijkap van de hub te trekken.



3. Let bij het vervangen van de batterijen op de correcte plaatsing van de batterijen (+/-). Bevestig vervolgens opnieuw de batterijkap en haal de bout aan.

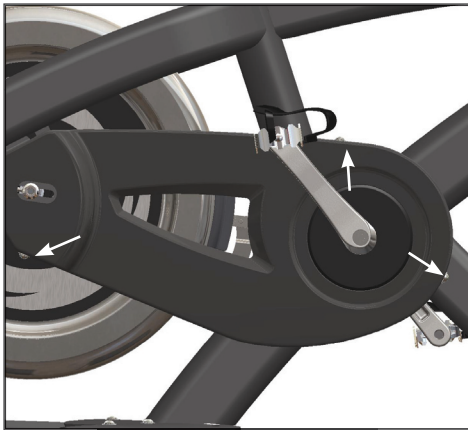
Vliegwielt/kettingspanning afstellen

Na verloop van tijd en na langdurig gebruik zal de ketting van de CycleOps Pro Series-indoorfiets rek beginnen te vertonen. De spanning/uitlijning afstellen is een moeilijke taak en verkeerde afstelling kan leiden tot vroegtijdige ketting-/tandwielslijtage. Daarom is het aanbevolen dat u deze taak uitvoert met de hulp van een erkende verdeler van indoorfietsen. De kettingspanning is correct afgesteld als u weinig of geen speling voelt wanneer u de pedalen naar voor en naar achter beweegt.

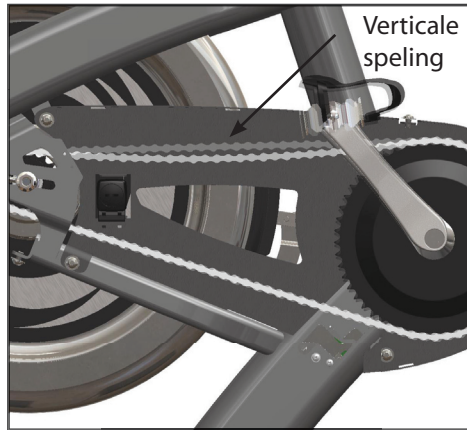
OPMERKING: Maak kleine stapsgewijze afstellingen aan het spanmateriaal langs beide kanten van het vlieg wiel. Als u slechts één kant afstelt, dan leidt dit tot een verkeerde vliegwieltuitlijning en ongewilde aandrijvingsslijtage en/of lawaai.

OPGELET: Verkeerde kettingafstelling veroorzaakt vroegtijdige slijtage en kan de garantie ongeldig maken.

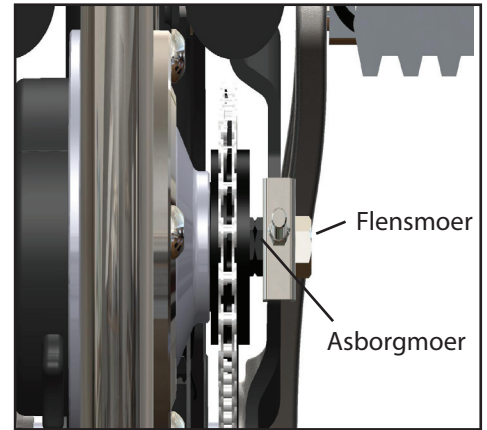
OPGELET: Plaats uw handen NOOIT in of in de buurt van de aandrijving wanneer die in beweging is!



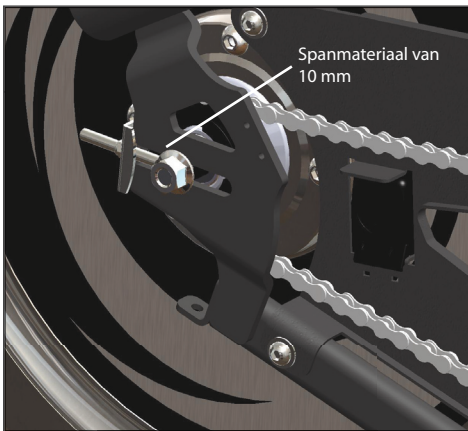
1. Verwijder de drie kettingkastbouten met een inbussleutel van 4 mm.



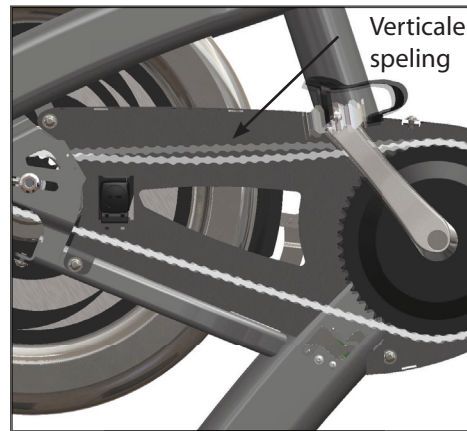
2. Trek de ketting naar beneden (in het midden tussen het aandrijftandwiel en de versnelling) om de verticale speling te meten. De verticale speling moet ongeveer 6 mm bedragen. Als dit aanzienlijk meer of minder dan 6 mm is, dan moet de verticale speling opnieuw afgesteld worden.



3. Gebruik een steeksleutel van 17 mm om de borgmoeren van de as te blokkeren. Draai niet aan de sleutel. Deze dient uitsluitend als een stabilisator. Maak de flensmoeren op de as los met een ringsleutel van 15 mm in de andere hand. Herhaal dit proces langs beide kanten van het vlieg wiel.



4. Stel het spanmateriaal met een ringsleutel van 10 mm af tot u langs beide kanten de correcte en gelijk verdeelde kettingspanning bereikt.



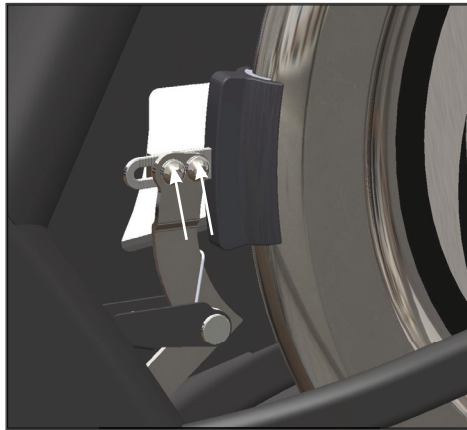
5. Trek de ketting naar beneden (in het midden tussen het aandrijftandwiel en de versnelling) om de verticale speling te meten. De verticale speling moet ongeveer 6 mm bedragen als de ketting correct is afgesteld. Haal de flensmoeren tot 8,5 Nm aan. Haal hen niet te hard aan.

Remschoen afstellen (uitsluitend 100 Pro, 200 Pro, 300 Pro)

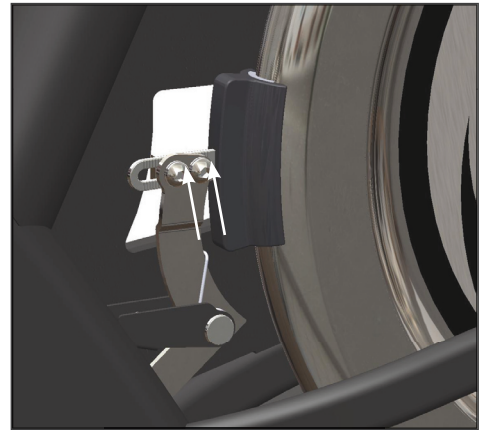
Het remmechanisme is in de fabriek afgesteld. Na verloop van tijd moet dit mechanisme echter door het rekken van de ketting en de slijtage van de remschoen opnieuw afgesteld worden. Volg de volgende procedure om de remschoen te vervangen/af te stellen:



1. Verlaag de weerstand tot de knop stopt met te draaien (tegen de wijzers van de klok in). Draai de knop vervolgens 180 graden met de wijzers van de klok mee (halve draai).



2. Maak de klembouten los met een inbussleutel van 5 mm. Lijn de remschoen uit door hem naar het vliegwiel te schuiven. Stop wanneer de remschoen het vliegwiel juist raakt. Stel de boog van de remschoen gelijk met de boog van het vliegwiel.



3. Haal de klembouten tot 5,6 Nm aan. Bij een correcte afstelling zou de CycleOps Pro Series-indoorfiets met de laagste weerstandinstelling ongeveer 30 watt bij 90 omw/min. moeten registreren (kan enkel bevestigd worden op de 300 Pro).

Remschoen afstellen (uitsluitend 400 Pro)

Het remmechanisme is in de fabriek afgesteld en beschikt over een elektronisch afgestelde remschoen. In plaats van de remschoen handmatig af te stellen, sluit u de indoorfiets op een stopcontact aan. Verwijder de stekker na 60 seconden. Zo reset u de remschoen en wordt hij in de verste stand geplaatst (lichtste weerstand).

HOOFDSTUK 6: PREVENTIEF ONDERHOUD

Het uitvoeren van het nodige preventieve onderhoud is het geheim om uw CycleOps Pro Series-indoorfiets in een uitstekende conditie te houden. Door de aanbevolen onderhoudsprocedures te volgen, kunt u de levensduur van de CycleOps Pro Series-indoorfiets verlengen.

DAGELIJKS

Doe het volgende aan het einde van elke dag waarop u de indoorfiets gebruikt hebt:

- Haal alle spanning van de weerstandsknop.
- Maak het stuur schoon.
- Maak het zadel/de zadelpen schoon.
- Maak het vliegwiel schoon.
- Maak het frame schoon.
- Maak de kettingkast schoon.
- Maak de weerstandsknop schoon.
- Maak de stuurpen schoon.
- Maak de steunvoeten schoon.

OPMERKING: Gebruik nooit schurende reinigingsvloeistoffen of op petroleum gebaseerde oplosmiddelen voor het schoonmaken van uw indoorfiets. U kunt een gewoon fietspolijstmiddel gebruiken op de geverfde onderdelen van uw indoorfiets.

WEKELIJKS

Voer naast het dagelijkse onderhoud wekelijks ook de volgende taken uit:

- Controleer de remschoen en stel hem opnieuw af.
- Haal de pedalen en al het montagemateriaal dat de toeclips/riemen bevestigt (indien van toepassing) correct aan. Haal de pedalen tot 34 Nm aan.
- Controleer het stuurklemsamenstel. Haal de klembout aan als deze los zit.
- Controleer de zadelpenklem en het klemsamenstel. Haal de klembout aan als deze los zit.
- Controleer de steunvoeten. Haal deze aan, indien nodig.
- Controleer het vlieg wiel. Controleer of de uitlijning correct is. Haal de flensborgmoeren tot 8,5 Nm aan.

MAANDELIJKS

Voer naast het dagelijkse en wekelijkse onderhoud maandelijks ook de volgende taken uit:

- Verwijder de stuur- en zadelpen en maak beide buizen en de binnenkant van de plastic hulzen schoon. Controleer de hulzen op insnijdingen. Vervang hen als er verticale uitholling zichtbaar is.
- Maak de onderkant van de steunvoeten schoon.
- Maak het vlieg wiel schoon met een mild reinigingsmiddel of een vochtige doek.
- Controleer de kettingspanning om er zeker van te zijn dat de ketting correct is afgesteld.
- Controleer de remschoenen op slijtage. Vervang de remschoenen als er minder dan 2 mm vilt op de remschoen zichtbaar is.

HALFJAARLIJKS

Voer naast het dagelijkse, wekelijkse en maandelijks onderhoud om de zes maanden ook de volgende taken uit:

- Smeer de ketting via de smeeroening aan de achterkant van de kettingkast. Spuit naar wens een smeermiddel op basis van Teflon op de ketting. Zorg ervoor dat elke schakel wordt ingesmeerd. Let erop dat u de ketting niet overmatig insmeert. Het teveel aan smeermiddel zal naar buiten sijpelen en kan de vloer/het tapijt besmeuren.

JAARLIJKS

Voer naast het dagelijkse, wekelijkse, maandelijks en halfjaarlijkse onderhoud ook de volgende taken uit na overvloedig gebruik (dit kan al dan niet jaarlijks zijn):

- Breng een dun laagje lithiumvet op de schroefdraden van de steunvoetbouten, de steunvoeten en de pedalen aan. Zo voorkomt u dat de onderdelen na verloop van tijd vastlopen.
- Vervang de batterijen in de hub of de sensor.

HOOFDSTUK 7: ELEKTRONICA

De CycleOps Pro Series-indoorfiets (200 Pro, 300 Pro en 400 Pro) wordt geleverd met het Joule-display. Surf naar www.cycleops.com voor meer informatie over Joule. Specifieke informatie voor de CycleOps Pro Series-indoorfiets bevat de hoofdstukken:

-Joule-beugel en Joule monteren

-Gestuurde weerstand afstellen

Technische specificaties:

Maximaal gebruikersgewicht: 136 kg

Standaardlengte: van 1 m 65 cm tot 1 m 98 cm

Kwaliteitsfactor: 168 mm (buiten naar buiten)

Lengte krukarm: 170 mm

PowerTap-nauwkeurigheid: +/- 1,5 % (uitsluitend 400 Pro/300 Pro)

Signaaltransmissie: ANT+

Bedrijfstemperatuur: 0 tot 40 °C of 32 tot 104 °F

Levensduur batterij (Hub): ongeveer 1000 uren

Levensduur batterij (Joule): ongeveer 20 uren

Batterijtype hub: twee AA-batterijen van 1,5 volt

Batterijtype Joule: oplaadbaar

Koppel vastzetbout Freehub: 34 Nm.

HOOFDSTUK 8: RADIOFREQUENTIE-INTERFERENTIE (RF)

Radiofrequentie-interferentie (RF) met andere toestellen kan soms leiden tot informatieverlies. Draadloze internettoegangspunten, magnetronovens, draadloze telefoons of andere draadloze toestellen kunnen frequentie-interferentie veroorzaken. Om de kans op interferentie te verkleinen, stelt u alle draadloze toegangspunten op het laagst mogelijke kanaal af en houdt u uw indoorfiets uit de buurt van interfererende toestellen. Raadpleeg de documentatie van de fabrikant om het kanaal van het toegangspunt te wijzigen.

CycleOps maakt gebruik van ANT+-technologie om te zorgen voor een sterke en betrouwbare verbinding tussen de verschillende sensors die in onze producten gebruikt worden. De aanwezige sensors zijn krachtmetingssensors, hartslagriemsensors, cadans-sensors, snelheidssensors en sensors van de gestuurde weerstand.

Verklaring van overeenstemming voor FCC en voor Industrie Canada:

Dit toestel voldoet aan Industrie Canada en Deel 15 van de FCC-voorschriften. Voor de werking gelden de onderstaande twee voorwaarden: (1) Dit toestel mag geen schadelijke interferentie veroorzaken en (2) dit toestel moet bestand zijn tegen de interferentie die het opvangt, met inbegrip van interferentie die een ongewenste werking kan veroorzaken.

De afkorting "IC" voor het radiocertificatienummer betekent dat het toestel aan de technische specificaties van Industrie Canada voldoet.

Wijzigingen aan dit toestel die niet nadrukkelijk zijn goedgekeurd door de instantie die verantwoordelijk is voor de overeenstemming met de FCC-voorschriften (de fabrikant), kunnen de bevoegdheid voor het gebruik van dit toestel door de gebruiker ongeldig maken.

Deze apparatuur is getest op conformiteit met de grenzen voor een digitaal toestel van klasse B, overeenkomstig deel 15 van de FCC-voorschriften. Deze grenzen zijn bedoeld om te zorgen voor een redelijke bescherming tegen schadelijke interferentie bij gebruik van het toestel in een woonomgeving. Deze apparatuur genereert en gebruikt radiofrequentie-energie en kan deze uitstralen. Als de apparatuur niet volgens de gebruikershandleiding gemonteerd en gebruikt wordt, dan kan dit schadelijke interferentie met radiocommunicatie veroorzaken. Er is echter geen garantie dat de interferentie niet zal plaatsvinden in een bepaalde opstelling.

Als deze apparatuur schadelijke interferentie veroorzaakt voor radio- of televisieontvangst (dit kunt u controleren door de apparatuur in en uit te schakelen), dan kan de gebruiker de interferentie proberen te verhelpen door middel van één of meerdere van de volgende maatregelen:

- Heroriënteer of verzet de ontvangstantenne.
- Vergroot de afstand tussen de apparatuur en de ontvanger.
- Sluit de apparatuur op een ander stopcontact aan dan dat van de ontvanger.
- Neem contact op met de verdeler of een ervaren radio/tv-technicus voor hulp.

HOOFDSTUK 9: BELANGRIJKE VOORZORGSMATREGELEN

Het is de verantwoordelijkheid van de eigenaar om ervoor te zorgen dat alle gebruikers van deze CycleOps Pro Series-indoorfiets voldoende geïnformeerd worden over alle waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen. Als u vragen hebt over deze handleiding, neem dan contact op met onze klantendienst op het nummer dat op de achterkant van deze handleiding vermeld staat.

WAARSCHUWING: Raadpleeg altijd eerst uw arts, voordat u een trainingsprogramma start of wijzigt.

- Onderbreek uw training als u om het even welke vorm van pijn ervaart, met inbegrip van (maar niet beperkt tot): borstpijn, misselijkheid, duizeligheid of kortademigheid en raadpleeg uw arts voordat u uw training hervat.
- Draag altijd geschikt schoeisel tijdens het gebruik van deze apparatuur.
- Spring niet op de indoorfiets.
- Houd het stroomsnoer uit de buurt van verwarmde oppervlakken (uitsluitend 400 Pro).
- Trek de stekker van de indoorfiets uit het stopcontact, voordat u hem verplaatst of schoonmaakt (uitsluitend 400 Pro). Om de fiets schoon te maken, gebruikt u enkel een weinig vochtige doek en zeep. Gebruik nooit oplosmiddelen (lees Preventief onderhoud).
- Er mag nooit meer dan één persoon op de indoorfiets zitten wanneer deze in werking is.
- Deze indoorfiets mag niet gebruikt worden door personen die meer dan 136 kg wegen. De niet-naleving van deze voorzorgsmaatregel maakt de garantie ongeldig.
- Gebruik deze indoorfiets nooit in een ruimte zonder temperatuurcontrole, zoals (maar niet beperkt tot) garages, veranda's, zwembadhuizen, badkamers, carports of gewoon buiten. De niet-naleving van deze voorzorgsmaatregel kan de garantie ongeldig maken.
- Gebruik de indoorfiets uitsluitend zoals beschreven in deze handleiding.

HOOFDSTUK 10: GARANTIE

Fabrieksgarantie (bij normaal gebruik)

Frame: levenslang (thuis), vijftien jaar (commercieel)

Gemonteerd fietskader

Steunvoeten

Onderdelen: drie jaar

Met uitzondering van slijtageonderdelen:

Remschoeenen

Ketting

Tandwielen

Pedalen

Huls zadelpen

Huls stuur

Elektronica: één jaar

Wanneer u beroep doet op uw garantie, zal Saris Cycling Group, Inc. het onderdeel naar keuze repareren of vervangen. Saris Cycling Group, Inc. kan niet aansprakelijk gesteld worden voor indirecte kosten of gevolgschade met betrekking tot de garantie van het product. Onze producten worden niet door de garantie gedekt in geval van duidelijke tekenen van misbruik, slecht onderhoud of verkeerde montage, gevallen onderdelen, het gebruik van het product met niet-compatibele onderdelen of het gebruik van het product voor doeleinden waarvoor het niet bestemd is. Deze garantie is ook ongeldig als de oorspronkelijke vorm van het product gewijzigd is, met inbegrip van esthetische wijzigingen en gewijzigde serienummers of logo's.

Garantieprocedures: Als blijkt dat een onderdeel van de CycleOps Pro Series-indoorfiets niet correct functioneert, neem dan de tijd om het systeem zo goed mogelijk te inspecteren en de oorzaak van het probleem te vinden. In veel gevallen kan een probleem opgelost worden door gewoon een batterij te vervangen of een sensor af te stellen. Kleine onderdelen kunnen vaak in een fietswinkel gerepareerd worden in plaats van de langere en duurdere optie van het retourneren van de unit voor reparatie. Voor reparaties onder garantie retourneert u de CycleOps Pro Series-indoorfiets naar de plaats van aankoop of neemt u contact op met Saris Cycling Group, Inc. op het nummer 1-800-783-7257.

Copyright

Copyright 2009. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze publicatie mag zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Saris Cycling Group, Inc. gekopieerd, gefotografeerd, gereproduceerd, vertaald, elektronisch doorgezonden of op digitale media opgeslagen worden.

Handelsmerken

Saris Cycling Group, Inc., CycleOps en het PowerTap-logo zijn allemaal gedeponeerde handelsmerken van Saris Cycling Group, Inc. Alle andere product-, merk- of handelsnamen die in deze handleiding gebruikt worden, zijn handelsmerken of gedeponeerde handelsmerken van hun respectieve eigenaars.

Wijzigingen

Saris Cycling Group, Inc. behoudt het recht om op elk gewenst moment en zonder kennisgeving de hierin beschreven producten te verbeteren en/of bij te werken.